

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <i>хлеб пшеничный, сыр п-твердый детский</i>	кКал-124, Бел-5, Жир-4, Угл-14, Са-107, Mg-14, Fe-1	14-00
250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-288, Бел-9, Жир-9, Угл-43, А-50, С-1, Са-143, Mg-57, Fe-2	25-22
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, сахар-песок, какао-порошок обогащенный эн</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	21-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
150	Мандарин (№ рецептуры 231)	=	=
670	Итого за Завтрак	кКал-653, Бел-19, Жир-16, Угл-100, А-70, С-7, Са-400, Mg-96, Fe-4	64-00
<u>Обед</u>			
30	Помидоры свежие (№ рецептуры 202)	кКал-21, Бел-1, Угл-3, С-22, Е-1, Са-12, Mg-17, Fe-1	10-89
250	Суп-пюре из картофеля (№ рецептуры 196) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, мясо цыплят-бройлеров I категории тушки, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия, морковь, мука пшеничная в с обогащенная, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-200, Бел-6, Жир-8, Угл-20, А-42, С-19, Са-95, Mg-35, Fe-1	34-20
100	Биточки (котлеты) из мяса кур (№ рецептуры 79) <i>грудинка цыплят-бройлеров I категории замороженное, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, хлеб пшеничный, мука пшеничная в с обогащенная, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное эн</i>	кКал-226, Бел-14, Жир-13, Угл-13, А-4, С-2, Е-1, Са-50, Mg-21, Fe-1	43-65
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <i>макаронны гр.а, масло сливочное обогащенное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <i>маргарин, мука пшеничная в с обогащенная, помид-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из плодов свежих витаминизированный (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-104, Угл-26, С-2, Са-11, Mg-3	7-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-922, Бел-31, Жир-27, Угл-126, А-82, С-46, Е-10, Са-202, Mg-106, Fe-6	115-51
	Итого за день	кКал-1575, Бел-50, Жир-43, Угл-226, А-152, С-53, Е-10, Са-602, Mg-202, Fe-10	179-51

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 7-11лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <i>хлеб пшеничный, сыр п-твердый детский</i>	кКал-124, Бел-5, Жир-4, Угл-14, Са-107, Mg-14, Fe-1	14-00
230	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-265, Бел-8, Жир-8, Угл-40, А-46, С-1, Са-131, Mg-52, Fe-1	25-20
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ино упак, сахар-песок, какао-порошок обогащенный эн</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	21-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
ит	Мандарин (№ рецептуры 231)	=	=
500	Итого за Завтрак	кКал-630, Бел-18, Жир-15, Угл-97, А-66, С-7, Са-388, Mg-91, Fe-3	63-98
	Итого за день	кКал-630, Бел-18, Жир-15, Угл-97, А-66, С-7, Са-388, Mg-91, Fe-3	63-98

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <i>хлеб пшеничный, сыр п-твёрдый детский</i>	кКал-124, Бел-5, Жир-4, Угл-14, Са-107, Mg-14, Fe-1	14-00
250	Кашиа пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36) <i>молоко ультрапастеризованное обогатненное в ино упак, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное обогатненное, соль водированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-288, Бел-9, Жир-9, Угл-43, А-50, С-1, Са-143, Mg-57, Fe-2	25-22
200	Какао с молоком (№ рецептуры 83) <i>молоко ультрапастеризованное обогатненное в ино упак, сахар-песок, какао-порошок обогатненный эн</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	21-78
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
150	Мандарин (№ рецептуры 231)	=	=
670	Итого за Завтрак	кКал-653, Бел-19, Жир-16, Угл-100, А-70, С-7, Са-400, Mg-96, Fe-4	64-00
<u>Обед</u>			
30	Помидоры свежие (№ рецептуры 202)	кКал-21, Бел-1, Угл-3, С-22, Е-1, Са-12, Mg-17, Fe-1	10-89
250	Суп-пюре из картофеля (№ рецептуры 196) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогатненное в ино упак, мясо цыплят-бройлеров 1 категории, лук репчатый, соль водированная с пониженным содержанием натрия, морковь, мука пшеничная в с обогатненная, масло сливочное обогатненное</i>	кКал-200, Бел-6, Жир-8, Угл-20, А-42, С-19, Са-95, Mg-35, Fe-1	34-20
100	Биточки (котлеты) из мяса кур (№ рецептуры 79) <i>срубка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, молоко ультрапастеризованное обогатненное в ино упак, хлеб пшеничный, мука пшеничная в с обогатненная, соль водированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное эн</i>	кКал-226, Бел-14, Жир-13, Угл-13, А-4, С-2, Е-1, Са-50, Mg-21, Fe-1	43-65
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <i>макаронные гр.а, масло сливочное обогатненное, соль водированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <i>морковь, мука пшеничная в с обогатненная, томат-паста, масло сливочное обогатненное, лук репчатый, сахар-песок, соль водированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из плодов свежих витаминизированный (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-104, Угл-26, С-2, Са-11, Mg-3	7-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-922, Бел-31, Жир-27, Угл-126, А-82, С-46, Е-10, Са-202, Mg-106, Fe-6	115-51
<u>Полдник</u>			
50	Печенье (готовый продукт промышленного производства) (№ рецептуры 139)	кКал-163, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
50	Итого за Полдник	кКал-163, Бел-10, Жир-6, Угл-33, С-28, Са-8, Fe-1	18-15
<u>Ужин</u>			
250	Жаркое по-домашнему 200/50 (№ рецептуры 188) <i>картофель, свинина, лук репчатый, масло подсолнечное эн, томат-паста, соль водированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-326, Бел-5, Жир-13, Угл-36, А-30, С-53, Е-4, Са-81, Mg-75, Fe-2	75-27
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <i>сахар-песок, чай черный</i>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
510	Итого за Ужин	кКал-531, Бел-9, Жир-13, Угл-77, А-31, С-53, Е-4, Са-109, Mg-100, Fe-5	85-10
<u>Ужин 2</u>			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5% (№ рецептуры 40)	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
250	Итого за Ужин 2	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
Итого за день			325-24

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

А.Н. Мотовилова

О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижжанка 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Ватрушка с картофелем 100 (№ рецептуры 269)	кКал-517, Бел-16, Жир-8, Угл-92	26-40
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в инд упак, макароны гр.а, масло сливочное обезжиренное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-226, Бел-6, Жир-6, Угл-21, А-37, С-2, Е-3, Са-163, Mg-22	24-19
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
580	Итого за Завтрак	кКал-890, Бел-87, Жир-14, Угл-142, А-38, С-5, Е-3, Са-187, Mg-39, Fe-2	61-91
<u>Обед</u>			
60	Салат Картофельный с сельдью 60 (№ рецептуры 51) <small>картофель, сельдь м.с, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-7, А-2, С-11, Е-1, Са-22, Mg-16, Fe-1	25-13
250	Борщ со сметаной (№ рецептуры 114) <small>вода, свекла, капуста белокачанная, картофель, мясо цыплят-бройлеров 1 категории, лук, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томат-паста, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, кислота лимонная</small>	кКал-213, Бел-4, Жир-7, Угл-12, А-15, С-19, Е-1, Са-51, Mg-26, Fe-1	28-08
80	Котлета Особая и (№ рецептуры 245) <small>свинина, лук репчатый, вода, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-65, Бел-2, Жир-1, Угл-11, С-9, Е-1, Са-52, Mg-30, Fe-1	41-50
150	Каша рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	18-42
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, лук пшеничная г с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, компотная смесь</small>	кКал-60, Угл-15, Са-10, Mg-2	6-39
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
830	Итого за Обед	кКал-778, Бел-17, Жир-17, Угл-112, А-47, С-40, Е-3, Са-164, Mg-123, Fe-6	127-57
	Итого за день	кКал-1668, Бел-104, Жир-31, Угл-254, А-85, С-45, Е-6, Са-351, Mg-162, Fe-8	189-48

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижжанка 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	Котлета Особая и (№ рецептуры 245) <small>свинина, лук репчатый, вода, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-65, Бел-2, Жир-1, Угл-11, С-9, Е-1, Са-52, Mg-30, Fe-1	41-50
150	Каша рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	18-42
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, лук пшеничная г с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, компотная смесь</small>	кКал-60, Угл-15, Са-10, Mg-2	6-39
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
490	Итого за Завтрак	кКал-409, Бел-8, Жир-6, Угл-79, А-30, С-10, Е-1, Са-84, Mg-71, Fe-3	71-36
	Итого за день	кКал-409, Бел-8, Жир-6, Угл-79, А-30, С-10, Е-1, Са-84, Mg-71, Fe-3	71-36

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижжанка _____ О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Ватрушка с картофелем 100 (№ рецептуры 269)	кКал-517, Бел-16, Жир-8, Угл-92	26-40
250	Суп молочный с лапшой (№ рецептуры 112) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в 1/2 упаковки, макароны гр.а, масло сливочное обезжиренное, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-226, Бел-6, Жир-6, Угл-21, А-37, С-2, Е-3, Са-163, Mg-22	24-19
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
580	Итого за Завтрак	кКал-890, Бел-87, Жир-14, Угл-142, А-38, С-5, Е-3, Са-187, Mg-39, Fe-2	61-91
<u>Обед</u>			
60	Салат Картофельный с сельдью 60 (№ рецептуры 51) <small>картофель, сельдь м.с, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-7, А-2, С-11, Е-1, Са-22, Mg-16, Fe-1	25-13
250	Борщ со сметаной (№ рецептуры 114) <small>вода, свекла, капуста белокочанная, картофель, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томат-паста, масло подсолнечное дп, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, кислота лимонная</small>	кКал-213, Бел-4, Жир-7, Угл-12, А-15, С-19, Е-1, Са-51, Mg-26, Fe-1	28-08
80	Котлета Особая и (№ рецептуры 245) <small>свинина, лук репчатый, вода, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-65, Бел-2, Жир-1, Угл-11, С-9, Е-1, Са-52, Mg-30, Fe-1	41-50
150	Каши рисовая рассыпчатая (№ рецептуры 151) <small>крупа рисовая, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-39, А-24, Са-13, Mg-28, Fe-1	18-42
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обогаченная, томат-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Компот из сухофруктов (№ рецептуры 81) <small>сахар-песок, клюквенная смесь</small>	кКал-60, Угл-15, Са-10, Mg-2	6-39
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
830	Итого за Обед	кКал-778, Бел-17, Жир-17, Угл-112, А-47, С-40, Е-3, Са-164, Mg-123, Fe-6	127-57
<u>Полдник</u>			
160	Блины со сгущенным молоком (№ рецептуры 175,01) <small>мука пшеничная в с обогаченная, вода, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в 1/2 упаковки, молоко сгущенное, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, дрожжи сухие</small>	кКал-53, Бел-3, Жир-3, Угл-4, А-18, С-1, Са-101, Mg-12	29-37
160	Итого за Полдник	кКал-53, Бел-3, Жир-3, Угл-4, А-18, С-1, Са-101, Mg-12	29-37
<u>Ужин</u>			
100	Куры отварные (2 вариант) (№ рецептуры 344) <small>мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, майонез, масло подсолнечное дп, перец черный молотый, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-382, Бел-28, Жир-29, Угл-1, А-60, С-4, Е-2, Са-28, Mg-36, Fe-2	87-96
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макароны гр.а, масло сливочное обезжиренное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
510	Итого за Ужин 1	кКал-797, Бел-38, Жир-34, Угл-78, А-91, С-4, Е-10, Са-74, Mg-70, Fe-6	109-07
<u>Ужин 2</u>			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5% (№ рецептуры 40)	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
250	Итого за Ужин 2	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
Итого за день			370-40

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка _____

_____ О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка (№ рецептуры 247)	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	14-85
250	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129) <small>масло ультрапастеризованное обогащенное в вид унак; крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-276, Бел-8, Жир-11, Угл-37, А-53, С-1, Е-1, Са-159, Mg-68, Fe-2	23-37
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-574, Бел-14, Жир-15, Угл-92, А-54, С-3, Е-2, Са-187, Mg-89, Fe-4	45-66
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135) <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное ст</small>	кКал-77, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-9, Е-3, Са-15, Mg-11	12-86
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131) <small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль водированная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное</small>	кКал-201, Бел-2, Жир-2, Угл-17, А-15, С-17, Са-59, Mg-29, Fe-1	30-28
80	Наггетсы куриные (№ рецептуры 260) <small>грушка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, сухари панаровочные, яйцо столовое, мука пшеничная в с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-244, Бел-13, Жир-16, Угл-13, А-23, С-1, Е-3, Са-19, Mg-18, Fe-1	45-03
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронны гр.а, масло сливочное обогащенное, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
830	Итого за Обед	кКал-954, Бел-26, Жир-30, Угл-114, А-75, С-28, Е-14, Са-142, Mg-94, Fe-6	111-94
	Итого за день	кКал-1528, Бел-40, Жир-45, Угл-206, А-129, С-31, Е-16, Са-329, Mg-183, Fe-10	157-60

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 7-11лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135) <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное ст</small>	кКал-77, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-9, Е-3, Са-15, Mg-11	12-86
90	Кура отварная (№ рецептуры 117) <small>грушка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, лук репчатый, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-222, Бел-19, Жир-16, С-2, Са-29, Mg-21, Fe-1	50-43
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронны гр.а, масло сливочное обогащенное, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
530	Итого за Завтрак	кКал-631, Бел-28, Жир-27, Угл-68, А-31, С-11, Е-11, Са-83, Mg-56, Fe-4	81-40
	Итого за день	кКал-631, Бел-28, Жир-27, Угл-68, А-31, С-11, Е-11, Са-83, Mg-56, Fe-4	81-40

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка _____ О.А.Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Булочка Ласка (№ рецептуры 247)	кКал-154, Бел-4, Жир-4, Угл-26, С-2, Е-1, Са-6, Mg-5	14-85
250	Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 129) <small>молоко ультрапастеризованное обогатненное в ино улнк, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогатненное, сахар-песок, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-276, Бел-8, Жир-11, Угл-37, А-53, С-1, Е-1, Са-159, Mg-68, Fe-2	23-37
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
530	Итого за Завтрак	кКал-574, Бел-14, Жир-15, Угл-92, А-54, С-3, Е-2, Са-187, Mg-89, Fe-4	45-66
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной (№ рецептуры 135) <small>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное ст</small>	кКал-77, Бел-1, Жир-6, Угл-5, С-9, Е-3, Са-15, Mg-11	12-86
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131) <small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль водированная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогатненное</small>	кКал-201, Бел-2, Жир-2, Угл-17, А-15, С-17, Са-59, Mg-29, Fe-1	30-28
80	Нагетсы куриные (№ рецептуры 260) <small>грудка цыпленка-бройлера 1 категории замороженное, сухари панировочные, яйцо столовое, мука пшеничная в с обогатненная, масло подсолнечное дп, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-244, Бел-13, Жир-16, Угл-13, А-23, С-1, Е-3, Са-19, Mg-18, Fe-1	45-03
150	Изделия макаронные отварные (№ рецептуры 1) <small>макаронны гр.а, масло сливочное обогатненное, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-210, Бел-6, Жир-5, Угл-36, А-30, Е-8, Са-18, Mg-9, Fe-1	11-28
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в с обогатненная, томат-паста, масло сливочное обогатненное, лук репчатый, сахар-песок, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
830	Итого за Обед	кКал-954, Бел-26, Жир-30, Угл-114, А-75, С-28, Е-14, Са-142, Mg-94, Fe-6	111-94
<u>Полдник</u>			
50	Вафли с молочно-жировой начинкой обогатненные для детского питания (№ рецептуры 7)	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	30-52
50	Итого за Полдник	кКал-181, Бел-1, Жир-10, Угл-21, А-2, Е-2, Са-3, Mg-2	30-52
<u>Ужин</u>			
80	Шницель натуральный рубленый (№ рецептуры 290) <small>свинина, сухари панировочные, яйцо столовое, масло подсолнечное дп, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-82, Бел-3, Жир-3, Угл-10, А-12, С-13, Е-2, Са-77, Mg-41, Fe-1	74-50
150	Картофель отварной (№ рецептуры 154) <small>картофель, масло сливочное обогатненное, соль водированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-178, Бел-3, Жир-7, Угл-25, А-49, С-30, Са-19, Mg-35, Fe-1	27-23
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <small>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</small>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
490	Итого за Ужин	кКал-519, Бел-10, Жир-10, Угл-89, А-61, С-47, Е-2, Са-124, Mg-100, Fe-5	114-99
<u>Ужин 2</u>			
250	Йогурт славянский жирн. 2,5% (№ рецептуры 40)	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
250	Итого за Ужин 2	кКал-230, Бел-8, Жир-6, Угл-36	42-48
		Итого за день	345-59

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка _____

_____ О.А.Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 (№ рецептуры 29) <i>батон нарезной из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-245, Бел-8, Жир-11, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	37-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-470, Бел-75, Жир-12, Угл-102, А-56, С-5, Е-1, Са-201, Mg-78, Fe-4	64-70
Обед			
30	Капуста морская (гарнировка) (№ рецептуры 98)		11-88
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженая филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-89, Бел-9, Жир-4, Угл-3, А-6, С-2, Е-2, Са-32, Mg-38, Fe-1	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, масло сливочное обогащенное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23, А-63, С-27, Са-46, Mg-34, Fe-1	32-18
200	Компот из плодов свежих (яблоки) (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
770	Итого за Обед	кКал-740, Бел-21, Жир-22, Угл-97, А-111, С-41, Е-5, Са-154, Mg-114, Fe-6	119-35
	Итого за день	кКал-1210, Бел-96, Жир-34, Угл-199, А-167, С-46, Е-6, Са-355, Mg-192, Fe-10	184-05

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Батон с маслом 30/10 (№ рецептуры 29) <i>батон нарезной из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
230	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-225, Бел-7, Жир-10, Угл-54, А-50, С-1, Са-156, Mg-47, Fe-1	36-61
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
шт	Яблоки (шт.) (№ рецептуры 23)	кКал-104, Бел-1, Жир-1, Угл-28, С-20, Са-32, Mg-18, Fe-4	=
700	Итого за Завтрак	кКал-554, Бел-75, Жир-12, Угл-126, А-51, С-24, Е-1, Са-219, Mg-92, Fe-8	63-69
	Итого за день	кКал-554, Бел-75, Жир-12, Угл-126, А-51, С-24, Е-1, Са-219, Mg-92, Fe-8	63-69

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка

О.А. Мотовилова

КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка интернат

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Батон с маслом 30/10 (№ рецептуры 29) <i>батон нарезной из муки 1 сорта, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-78, Бел-2, Жир-1, Угл-15, Е-1, Са-7, Mg-10, Fe-1	15-76
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шюупак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-245, Бел-8, Жир-11, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	37-62
200	Чай с лимоном (№ рецептуры 186) <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	кКал-64, Бел-63, Угл-15, А-1, С-3, Са-17, Mg-7, Fe-1	8-32
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-470, Бел-75, Жир-12, Угл-102, А-56, С-5, Е-1, Са-201, Mg-78, Fe-4	64-70
<u>Обед</u>			
30	Капуста морская (гарнировка) (№ рецептуры 98)		11-88
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, соль поваренная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
80	Рыба, тушеная с овощами (№ рецептуры 110) <i>рыба свежемороженая филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное оп, сахар-песок, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-89, Бел-9, Жир-4, Угл-3, А-6, С-2, Е-2, Са-32, Mg-38, Fe-1	48-18
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шюупак, масло сливочное обогащенное, соль поваренная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23, А-63, С-27, Са-46, Mg-34, Fe-1	32-18
200	Компот из плодов свежих (яблоко) (№ рецептуры 39) <i>сахар-песок, яблоки, кислота лимонная</i>	кКал-115, Угл-28, С-4, Са-15, Mg-5, Fe-1	7-87
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
770	Итого за Обед	кКал-740, Бел-21, Жир-22, Угл-97, А-111, С-41, Е-5, Са-154, Mg-114, Fe-6	119-35
<u>Полдник</u>			
200	Сок в ассортименте 0,2л (№ рецептуры 6)	кКал-136, Угл-24, С-20, Е-1, Са-70, Mg-40, Fe-14	32-00
200	Итого за Полдник	кКал-136, Угл-24, С-20, Е-1, Са-70, Mg-40, Fe-14	32-00
Итого за день			
			кКал-1346, Бел-96, Жир-34, Угл-223, А-167, С-66, Е-7, Са-425, Mg-232, Fe-24
			216-05

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ А.Н. Мотовилова

Директор КОГОбУ СШ с УИОП пгт. Пижанка _____ О.А. Мотовилова