

**(1-4 класс КОГОВУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	13-00
230	<b>Каша пшеничная молочная жидкая 220/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаков, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	36-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-495, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	<b>60-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-495, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	<b>60-00</b>

**(Меню 5-11 класс КОГОВУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	13-00
260	<b>Каша пшеничная молочная жидкая 250/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаков, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47	40-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
60	<b>Хлеб пшеничный 60/ Пищевик</b>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	6-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-597, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-96	<b>67-00</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы 60</b> <small>капуста, морковь, кукуруза консервированная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	18-00
230	<b>Суп из овощей на курином бульоне 230</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-10	17-00
100	<b>Гуляш из свинины 60/40</b> <small>мясо свиным замороженное, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное дп, томат-паста, мука пшеничная в/с обогащенная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	61-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-37	13-00
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>колпотная смесь, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-116, Углеводы-28	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-824, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-114	<b>127-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 421, Белки-47, Жиры-42, Углеводы-210	<b>194-00</b>

Все блюда приготовлены в соответствии с рецептурой  
с технологическими картами  
варенная мука

Директор ООО "Русский торговый дом"

**(Интернат КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	13-00
260	<b>Каша пшеничная молочная жидкая 250/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шнд упак, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47	40-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
60	<b>Хлеб пшеничный 60/ Пиццевик</b>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	6-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-597, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-96	67-00
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы 60</b> <small>капуста, морковь, кукуруза консервированная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	18-00
230	<b>Суп из овощей на курином бульоне 230</b> <small>картофель, капуста, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-10	17-00
100	<b>Гуляш из свинины 60/40</b> <small>мясо свинины замороженное, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное дп, томат-паста, мука пшеничная в/с обогащенная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	61-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-37	13-00
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>компотная смесь, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-116, Углеводы-28	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-824, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-114	127-00
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Булочка Ласка с конфитюром</b> <small>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	24-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	24-00
<b><u>Ужин</u></b>			
30	<b>Помидоры свежие (гарнировка) 30</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	8-00
250	<b>Плов из курицы 250</b> <small>мясо цб 1 категории (срудка), крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное дп, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-521, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-40	71-00
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)</b> <small>яблоки, сахар-песок, премикс витаминный дп</small>	Калорийность-47, Углеводы-16	17-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-709, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-84	102-00
<b><u>Второй ужин</u></b>			
250	<b>Йогурт 2,5%</b> <small>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	47-00
<b>Итого за Второй ужин</b>		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	47-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 709, Белки-90, Жиры-86, Углеводы-377	367-00

Меню блюд приотомовлено в соответствии с  
с технологическими картами  
нашими 2023  
Директор ООО О.А. Воронина

**(1-4 класс КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Наггетсы куриные 90</b> <small>мясо цб 1 категории (срудка), сухари панировочные, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	60-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-617, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-63	<b>97-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-617, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-63	<b>97-00</b>

**(Меню 5-11 класс КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с маслом 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	17-00
150	<b>Омлет натуральный 150/5</b> <small>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-299, Белки-15, Жиры-26, Углеводы-3	55-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-598, Белки-21, Жиры-34, Углеводы-50	<b>83-00</b>
<b>Обед</b>			
30	<b>Помидоры свежие (гарнировка) 60</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	8-00
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250</b> <small>картофель, макаронные изделия яичные (вермишель), морковь, лук репчатый, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
100	<b>Наггетсы куриные 100</b> <small>мясо цб 1 категории (срудка), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	69-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-796, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-85	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 394, Белки-50, Жиры-63, Углеводы-135	<b>218-00</b>

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами  
в соответствии с нормами

Директор ООО "Русский торговый дом"

**(Интернат КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	<b>Бутерброд с маслом 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дл формовой, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	17-00
150	<b>Омлет натуральный 150/5</b> <small>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-299, Белки-15, Жиры-26, Углеводы-3	55-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-598, Белки-21, Жиры-34, Углеводы-50	<b>83-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Помидоры свежие (гарнировка) 60</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	8-00
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250</b> <small>картофель, макаронные изделия яичные (вермишель), морковь, лук репчатый, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
100	<b>Наггетсы куриные 100</b> <small>мясо цб 1 категории (грудка), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	69-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-796, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-85	<b>135-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b> <small>яблоки, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-370, Углеводы-141	32-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-370, Углеводы-141	<b>32-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 764, Белки-50, Жиры-63, Углеводы-276	<b>250-00</b>

Всё блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами  
расписана члп


Реферат О/б А.А.Александров

**(1-4 класс КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	13-00
230	<b>Каша пшенинная молочная жидкая 220/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	36-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-495, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	<b>60-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-495, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	<b>60-00</b>


**(Меню 5-11 класс КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	13-00
260	<b>Каша пшенинная молочная жидкая 250/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47	40-00
200	<b>Какао с молоком</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, сахар-песок, какао-напиток обогащенный дп</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	19-00
60	<b>Хлеб пшеничный 60/ Пищевик</b>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	6-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-662, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-103	<b>78-00</b>
<b>Обед</b>			
30	<b>Помидоры свежие (гарнировка) 60</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	8-00
220	<b>Суп картофельный протертый с гренками 200/20</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, хлеб пшеничный 0,5 /пшанка, морковь, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-179, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-25	25-00
90	<b>Биточки рубленые из птицы 90</b> <small>мясо цб 1 категории (срудка), хлеб пшеничный 0,5 /пшанка, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-228, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-9	56-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-37	13-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Соус томатный</b> <small>томат-паста, морковь, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в/с обогащенная, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</small>	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-816, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-111	<b>118-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 478, Белки-53, Жиры-45, Углеводы-214	<b>196-00</b>

Моя Бюро приотомлении в соответствии  
с технологическими картами  
варенико  
Директор ООО "Русский торговый дом" 

**(Интернат КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	13-00
260	<b>Каша пшеничная молочная жидкая 250/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47	40-00
200	<b>Какао с молоком</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, сахар-песок, какао-напиток обогащенный дп</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	19-00
60	<b>Хлеб пшеничный 60/ Пиццевик</b>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	6-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-662, Белки-22, Жиры-19, Углеводы-103	<b>78-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Помидоры свежие (гарнировка) 60</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	8-00
220	<b>Суп картофельный протертый с гренками 200/20</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, хлеб пшеничный 0,5 /пижанка, морковь, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-179, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-25	25-00
90	<b>Биточки рубленые из птицы 90</b> <small>мясо цб 1 категории (грудка), хлеб пшеничный 0,5 /пижанка, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-228, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-9	56-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-37	13-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Соус томатный</b> <small>томат-паста, морковь, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в/с обогащенная, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</small>	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-816, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-111	<b>118-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Печенье пром.производства</b> <small>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	22-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	<b>22-00</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
240	<b>Жаркое по-домашнему (свинина) 240</b> <small>картофель, мясо свинины замороженное, лук репчатый, масло подсолнечное дп, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, лист лавровый</small>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	80-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
60	<b>Хлеб пшеничный 60/ Пиццевик</b>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-29	6-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-747, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-79	<b>94-00</b>
<b><u>Второй ужин</u></b>			
250	<b>Йогурт 2,5%</b> <small>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	47-00
<b>Итого за Второй ужин</b>		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	<b>47-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 973, Белки-100, Жиры-112, Углеводы-388	<b>359-00</b>

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами  
расписана  
Директор  О.А. Лебедева