

(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)
Завтрак			
40	Бутерброд с маслом 30/10 <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	17-00
235	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-249, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-36	29-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-488, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-70	57-00
Итого за день		Калорийность-488, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-70	57-00

(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)
Завтрак			
40	Бутерброд с маслом 30/10 <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	17-00
260	Каша рисовая молочная жидкая 250/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-307, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-41	40-00
200	Кофейный напиток на молоке <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный дп</small>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	17-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-609, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-81	77-00
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы 60 <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
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <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
120	Тефтели мясные с рисом 80/40 <small>мясо свинины замороженное, лук репчатый, мука пшеничная в/с обогащенная, крупа рисовая, масло подсолнечное дп, томат-паста, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-257, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-13	50-00
150	Картофельное пюре 150 <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	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-833, Белки-27, Жиры-33, Углеводы-104	129-00
Итого за день		Калорийность-1 442, Белки-41, Жиры-57, Углеводы-185	206-00

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами
наименования

Директор ООО О.А. Новоселов

(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)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброд с маслом 30/10 <small>хлеб пшеничный 1с обогащенный дл формовой, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	17-00
260	Каша рисовая молочная жидкая 250/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-307, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-41	40-00
200	Кофейный напиток на молоке <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный дл</small>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	17-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-609, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-81	77-00
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы 60 <small>капуста, морковь, кукуруза консервированная, масло подсолнечное дл, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9	18-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <small>картофель, макаронные изделия яичные (вермишель), морковь, лук репчатый, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дл, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
120	Тфтели мясные с рисом 80/40 <small>мясо свинины замороженное, лук репчатый, мука пшеничная в/с обогащенная, крупа рисовая, масло подсолнечное дл, томат-паста, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-257, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-13	50-00
150	Картофельное пюре 150 <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	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-833, Белки-27, Жиры-33, Углеводы-104	129-00
<u>Полдник</u>			
200	Сок фруктовый 0,2 <small>яблоки, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-370, Углеводы-141	32-00
Итого за Полдник		Калорийность-370, Углеводы-141	32-00
Итого за день		Калорийность-1 812, Белки-41, Жиры-57, Углеводы-326	238-00

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами
таблицами

Директор О.А. Кошечкина