

(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			
80	Наггетсы куриные 90 <small>мясо цб 1 категории (срубка), сухари панировочные, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное оп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-244, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-1	53-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шнд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-587, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-62	90-00
Итого за день		Калорийность-587, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-62	90-00

ООО "Русский торговый дом"

20.10.2023

(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 оп формовой, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	17-00
150	Омлет натуральный 150/5 <small>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шнд упак, масло сливочное обогащенное, масло подсолнечное оп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-299, Белки-15, Жиры-26, Углеводы-3	55-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-598, Белки-21, Жиры-34, Углеводы-50	83-00
Обед			
30	Помидоры свежие (гарнировка) 30	Калорийность-7, Углеводы-1	8-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <small>картофель, макаронные изделия личные (вермишель), морковь, лук репчатый, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное оп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
90	Наггетсы куриные 90 <small>мясо цб 1 категории (срубка), сухари панировочные, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное оп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	60-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шнд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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-765, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-85	126-00
Итого за день		Калорийность-1363, Белки-48, Жиры-61, Углеводы-135	209-00

Все блюда приготовлены в соответствии с действующими рецептами картации

Ваше имя

п/п/п

Директор



(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)
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
150	Омлет натуральный 150/5 <small>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, масло сливочное обогащенное, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-299, Белки-15, Жиры-26, Углеводы-3	55-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-598, Белки-21, Жиры-34, Углеводы-50	83-00
Обед			
30	Помидоры свежие (гарнировка) 30	Калорийность-7, Углеводы-1	8-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <small>картофель, макаронные изделия: лачыне (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
90	Наггетсы куриные 90 <small>мясо цб 1 категории (грудка), 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	Картофельное пюре 150 <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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-765, Белки-27, Жиры-27, Углеводы-85	126-00
Итого за день		Калорийность-1 363, Белки-48, Жиры-61, Углеводы-135	209-00

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами
вашего ЦНУ

Директор *О.А. Александрова*