

(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	Бутерброд с сыром 30/10 <small>хлеб пшеничный 0,5 /шт.жарка, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша пшеничная молочная жидкая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид ут.жс, крупа пшеница пшеничная, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар вес. (школы), лимон вес. (школы), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-495, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	67-00
Итого за день		Калорийность-495, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	67-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

18.11.2024

(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	Бутерброд с сыром 30/10 <small>хлеб пшеничный 0,5 /шт.жарка, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша пшеничная молочная жидкая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид ут.жс, крупа пшеница пшеничная, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар вес. (школы), лимон вес. (школы), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-495, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	67-00
Обед			
30	Кукуруза консервированная (гарнировка) 30	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	12-00
250	Суп из овощей 250 <small>картофель очищенный (школы), капуста очищенная (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), горошек зеленый (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-191, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	21-00
90	Виточки Пикантные УО <small>(школа) виточки пикантные (школы), масло подсолнечное, кг (школы)</small>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный 30	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школы), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-1 022, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-110	115-00
Итого за день		Калорийность-1 517, Белки-50, Жиры-52, Углеводы-182	182-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

(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	Бутерброд с сыром 30/10 <small>хлеб пшеничный 0,5 п/жбанка, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша пшеничная молочная жидкая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд утпак, крупа пшело пшенишное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак			67-00
<u>Обед</u>			
30	Кукуруза консервированная (гарнировка) 30	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	12-00
250	Суп из овощей 250 <small>картофель очищенный (шкалы), капуста очищенная (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), горошек зеленый (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</small>	Калорийность-191, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	21-00
90	Биточки Пикантные 90 <small>(шк)</small> <small>биточки пикантные (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы)</small>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный 30 <small>помидоры паста, кг (шкалы), морковь очищенная (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), мука вес. (шкалы), лук очищенный (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), лист лавровый, кг (шкалы)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед			115-00
<u>Полдник</u>			
100	Печенье пром.производства <small>бублик из муки я-с обогащенная дп "любимая" замороз., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	22-00
Итого за Полдник			22-00
<u>Ужин</u>			
100	Гуляш из мяса кур 60/40 <small>курица куриный из бескостного мяса кур (шкалы), лук очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), томатная паста, кг (шкалы), мука вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <small>крупа рисовая, вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы)</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	15-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Ужин			90-00
<u>Второй ужин</u>			
250	Йогурт 2,5% <small>бублик из муки я-с обогащенная дп "любимая" замороз., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за Второй ужин			46-00
Итого за день			340-00

Блюда
при отовлецы в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

(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)
<u>Завтрак</u>			
200	Жаркое по-домашнему (кура) 200 <small>картофель очищенный (школы), гуляш куриный из бескостного мяса кур (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), соль йодированная вес. (школы), лист лавровый, кг (школы)</small>	Калорийность-377, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-21	63-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школы), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-552, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-58	75-00
Итого за день		Калорийность-552, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-58	75-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

19.11.2024

(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>			
100	Ватрушка с картофелем (пром.производства) <small>булочка с кунжутом из п-ф промышленного производства, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-343, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-51	21-00
250	Суп молочный с макаронными изделиями 250 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, макаронные изделия яичные (вермишель), сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-230, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-25	33-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школы), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-685, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-100	63-00
<u>Обед</u>			
60	Салат Школьный 60 <small>салата очищенная (школы), огурец соленые вес, кг (школы), морковь свежий (школы), масло подсолнечное, кг (школы), лук очищенный (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-00
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель очищенный (школы), консервы рыбные (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	22-00
240	Жаркое по-домашнему (кура) 240 <small>картофель очищенный (школы), гуляш куриный из бескостного мяса кур (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), соль йодированная вес. (школы), лист лавровый, кг (школы)</small>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	76-00
200	Компот из смеси <small>кокосовая смесь вес. (школы), сахар вес. (школы), лимонная кислота, кг (школы)</small>	Калорийность-116, Углеводы-28	12-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-941, Белки-33, Жиры-44, Углеводы-100	134-00
Итого за день		Калорийность-1 626, Белки-54, Жиры-62, Углеводы-200	197-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

(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 (пром.производства) <small>булочка с кукурузой из п-ф промышленного производства, масло подсолнечное дл</small>	Калорийность-343, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-51	21-00
250	Суп молочный с макаронными изделиями 250 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, макаронные изделия мясные (вермишель), сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-230, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-25	33-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-685, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-100	63-00
<u>Обед</u>			
60	Салат Школьный 60 <small>салата очищенная (школы), огурцы соевые вес, кг (школы), горошек зеленый (школы), масло подсолнечное, кг (школы), лук очищенный (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-00
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель очищенный (школы), консервы рыбные (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	22-00
240	Жаркое по-домашнему (кура) 240 <small>картофель очищенный (школы), гуляш куриный из бескостного мяса кур (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), соль йодированная вес. (школы), лист лавровый, кг (школы)</small>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	76-00
200	Компот из смеси <small>компотная смесь вес. (школы), сахар вес. (школы), лимонная кислота, кг (школы)</small>	Калорийность-116, Углеводы-28	12-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-941, Белки-33, Жиры-44, Углеводы-100	134-00
<u>Полдник</u>			
170	Блинчики с повидлом 140/30 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, мука пшеничная в/с обогащенная, повидло, яйцо диетическое, сахар-песок, масло подсолнечное дл, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-356, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-36	43-00
Итого за Полдник		Калорийность-356, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-36	43-00
<u>Ужин</u>			
100	Куры отварные (2 вариант) 100 <small>мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), майонез, масло подсолнечное дл, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</small>	Калорийность-350, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-15	80-00
180	Изделия макаронные отварные 180 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-44	16-00
200	Напиток ягодный (в ассортименте) 200 <small>сахар-песок, ягоды, яблоки замороженные</small>	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Ужин		Калорийность-830, Белки-35, Жиры-26, Углеводы-111	115-00
<u>Второй ужин</u>			
250	Йогурт 2,5% <small>булочка из муки в-с обогащенная дл "любимая" заморож., мясной пастеризованный, масло подсолнечное дл</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за Второй ужин		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за день		Калорийность-3 084, Белки-99, Жиры-110, Углеводы-379	401-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения





(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			
60	Запеканка из творога 50/10 <i>творог 9% жирн., молоко сгущенное, яйцо диетическое, крупа манная, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15%, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-11	65-00
230	Каша овсяная молочная жидкая 220/10 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак, крупа овсяная (серпулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-282, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-39	33-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар-пес. (школы), чай, кг (школы)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-597, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-74	107-00
Итого за день		Калорийность-597, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-74	107-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

20.11.2024

(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			
60	Запеканка из творога 50/10 <i>творог 9% жирн., молоко сгущенное, яйцо диетическое, крупа манная, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15%, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-11	65-00
230	Каша овсяная молочная жидкая 220/10 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак, крупа овсяная (серпулес), масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-282, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-39	33-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар-пес. (школы), чай, кг (школы)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-597, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-74	107-00
Обед			
60	Салат "Студенческий" 60 <i>картофель очищенный (школы), яйцо куриное, шт. (школы), морковь очищенная (школы), горошек зеленый (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-5	20-00
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250			
250	<i>свекла очищенная (школы), капуста очищенная (школы), картофель очищенный (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), мясо цб (бедра, голень, тушка) (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), сахар-пес. (школы), соль йодированная вес. (школы)</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	23-00
250	Плов из свинины 250 <i>свинина, рубленая кубиками (школы), крупа рисовая, вес. (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</i>	Калорийность-521, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-40	78-00
200	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) 200 <i>сахар-песок, изюм, кислота лимонная</i>	Калорийность-78, Углеводы-14	12-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-959, Белки-33, Жиры-43, Углеводы-99	140-00
Итого за день		Калорийность-1 556, Белки-56, Жиры-65, Углеводы-173	247-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

(КОГОбУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА интернат)

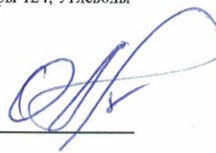
Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Запеканка из творога 50/10 <i>творог 9% жирн., молоко сгущенное, яйцо диетическое, крупа манная, сахар-песок, сахар панирочный, сметана 15%, масло сливочное обогаченное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	Калорийность-203, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-11	65-00
230	Каша овсяная молочная жидкая 220/10 <i>молоко ультрапастеризованное обогаченное в шд упак, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогаченное, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	Калорийность-282, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-39	33-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-597, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-74	107-00
Обед			
60	Салат "Студенческий" 60 <i>картофель очищенный (школа), яйцо куриное, шт. (школа), морковь очищенная (школа), горошек зеленый (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-5	20-00
230	Борщ с капустой и картофелем 240/10 <i>овекта очищенная (школа), капуста очищенная (школа), картофель очищенный (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), сметана вес., кг (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), сахар вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)</i>	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	23-00
250	Плов из свинины 250 <i>свинина, рубленая кубиками (школа), крупа рисовая, вес. (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</i>	Калорийность-521, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-40	78-00
200	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) 200 <i>сахар-песок, изюм, кислота лимонная</i>	Калорийность-78, Углеводы-14	12-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-940, Белки-32, Жиры-42, Углеводы-98	140-00
Полдник			
100	Булочное изделие калейдоскоп <i>булочка из муки в-с обогаченная дп "любимая" заморож., мясной пастеризованный, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	13-00
Итого за Полдник		Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	13-00
Ужин			
100	Наггетсы куриные 100 <i>мясо цб I категории (грудка), сахар панирочный, яйцо диетическое, мука пшеничная в-с обогаченная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	71-00
180	Картофельное пюре 180 <i>картофель очищенный (школа), молоко, кг (школа), масло сливочное вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)</i>	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-29	24-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Ужин		Калорийность-682, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-68	107-00
Второй ужин			
250	Йогурт 2,5% <i>булочка из муки в-с обогаченная дп "любимая" заморож., мясной пастеризованный, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за Второй ужин		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за день		Калорийность-2 967, Белки-93, Жиры-124, Углеводы-335	413-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения





(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			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 <small>хлеб пшеничный 0,5 /пижанка, повидло</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	30-00
200	Какао с молоком 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, сахар-песок, какао-порошок обогащенный др</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-644, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-105	67-00
Итого за день		Калорийность-644, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-105	67-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения

21.11.2024

(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			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 <small>хлеб пшеничный 0,5 /пижанка, повидло</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	30-00
200	Какао с молоком 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, сахар-песок, какао-порошок обогащенный др</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
50	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-691, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-115	67-00
Обед			
30	Горошек зеленый (гарнировка) 30	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <small>картофель очищенный (школа), макароны-времяесть вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), мясо цб (бедро, лопень, тушка) (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
90	Шницель (цех) 90 <small>масло подсолнечное, кг (школа), шницель из свиными (школа)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель очищенный (школа), молоко, кг (школа), масло сливочное вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-747, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-95	132-00
Итого за день		Калорийность-1438, Белки-48, Жиры-45, Углеводы-210	199-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения

(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	Бутерброд с повидлом 30/20 <small>хлеб пшеничный 0,5 (пижанка, повидло)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	30-00
200	Какао с молоком 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, сахар-песок, какао-порошок обогащенный для</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
50	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-691, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-115	67-00
<u>Обед</u>			
30	Горошек зеленый (гарнировка) 30	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <small>картофель очищенный (шквалы), макароны-вермишель вес. (шквалы), морковь очищенная (шквалы), лук очищенный (шквалы), мясо цб (ведро, голень, тушка) (шквалы), масло подсолнечное, кг (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
90	Шницель (цех) 90 <small>масло подсолнечное, кг (шквалы), шницель из свиная (шквалы)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель очищенный (шквалы), молоко, кг (шквалы), масло сливочное вес. (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шквалы), чай, кг (шквалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-747, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-95	132-00
<u>Полдник</u>			
100	Вафли с молочно-жировой начинкой <small>бублички из муки в-с обогащенная для "любимая" замороженные, меланж пастеризованный, масло подсолнечное для</small>	Калорийность-542, Белки-4, Жиры-31, Углеводы-63	30-00
Итого за Полдник		Калорийность-542, Белки-4, Жиры-31, Углеводы-63	30-00
<u>Ужин</u>			
240	Жаркое по-домашнему (свинина) 240 <small>картофель очищенный (шквалы), свинина, рубленая кубиками (шквалы), лук очищенный (шквалы), масло подсолнечное, кг (шквалы), пшеничная мука, кг (шквалы), лист лавровый, кг (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	80-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шквалы), чай, кг (шквалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Ужин		Калорийность-677, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-64	92-00
<u>Второй ужин</u>			
250	Йогурт 2,5% <small>бублички из муки в-с обогащенная для "любимая" замороженные, меланж пастеризованный, масло подсолнечное для</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за Второй ужин		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за день		Калорийность-2 929, Белки-89, Жиры-116, Углеводы-369	367-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

(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	Бутерброд с маслом 30/10 <i>хлеб пшеничный 1с обогащенный др формовой, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	37-00
200	Чай с лимоном и сахаром 200 <i>сахар вес. (школы), лимон вес. (школы), чай, кг (школы)</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-493, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	69-00
Итого за день		Калорийность-493, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	69-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

22.11.2024

(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	Бутерброд с маслом 30/10 <i>хлеб пшеничный 1с обогащенный др формовой, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	37-00
200	Чай с лимоном и сахаром 200 <i>сахар вес. (школы), лимон вес. (школы), чай, кг (школы)</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-493, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	69-00
Обед			
60	Винегрет овощной 60 <i>картофель очищенный (школы), свекла очищенная (школы), огурцы соленые вес. кг (школы), капуста вес. (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), сахар вес. (школы), соль йодированная вес. (школы), лимонная кислота, кг (школы)</i>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	31-00
250	Щи из свежей капусты с картофелем 250 <i>капуста очищенная (школы), картофель очищенный (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), сметана вес., кг (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</i>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	21-00
100	Гуляш из мяса кур 60/40 (цех) <i>гуляш куриный из бескостного мяса кур (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), мука вес. (школы), соль йодированная вес. (школы)</i>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <i>яблоки вес. (школы), сахар вес. (школы)</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-754, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-100	149-00
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-41, Жиры-45, Углеводы-171	218-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

(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	Бутерброд с маслом 30/10 <i>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в ппд улик, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	37-00
200	Чай с лимоном и сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак			69-00
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной 60 <i>картофель очищенный (шкалы), свекла очищенная (шкалы), огурцы соленые вес. кг (шкалы), капуста вес. (шкалы), лук очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), лимонная кислота, кг (шкалы)</i>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	31-00
250	Щи из свежей капусты с картофелем 250 <i>капуста очищенная (шкалы), картофель очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), сметана вес., кг (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	21-00
100	Гуляши из мяса кур 60/40 (цех) <i>гуляши куриный из бескостного мяса кур (шкалы), лук очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), лимонная паста, кг (шкалы), мука вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <i>яблоки вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы)</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед			149-00
Итого за день			218-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения



