

**(КОГОбУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (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 0,5 / пышка пшеница (шкаты), масло сливочное вес. (шкаты)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
230	<b>Макаронные изделия с тертым сыром 230</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар вес. (шкаты), лимон вес. (шкаты), чай, кг (шкаты)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель  
образовательно  
го учреждения

25.11.2024

**(КОГОбУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА 12 лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (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 0,5 / пышка пшеница (шкаты), масло сливочное вес. (шкаты)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
230	<b>Макаронные изделия с тертым сыром 230</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар вес. (шкаты), лимон вес. (шкаты), чай, кг (шкаты)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00
<b>Обед</b>			
30	<b>Горошек зеленый (гарнировка) 30</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
200	<b>Рассольник Ленинградский 200</b> <small>картофель очищенный (шкаты), огурцы солевые вес. кг (шкаты), морковь очищенная (шкаты), сметана вес. кг (шкаты), лук очищенный (шкаты), крупы перловка, вес. (шкаты), масло подсолнечное, кг (шкаты), соль йодированная вес. (шкаты)</small>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	22-00
90	<b>Шницель (цех) 90</b> <small>масло подсолнечное, кг (шкаты), шницель из свиной (шкаты)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогатненное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	<b>Соус томатный 30</b> <small>томатная паста, кг (шкаты), морковь очищенная (шкаты), масло сливочное вес. (шкаты), мука вес. (шкаты), лук очищенный (шкаты), масло подсолнечное, кг (шкаты), соль йодированная вес. (шкаты), сахар вес. (шкаты), лист лавровый, кг (шкаты)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	<b>Напиток ягодный ( в ассортименте) 200</b> <small>сахар-песок, ягоды, ягоды замороженные</small>	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-825, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-116	133-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 448, Белки-43, Жиры-50, Углеводы-197	212-00

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)
<b><u>Завтрак</u></b>			
40	<b>Бутерброд с маслом 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 0,5 / мяскашка пышечки (шквалы), масло сливочное вес. (шквалы)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
230	<b>Макаронные изделия с тертым сыром 230</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар вес. (шквалы), лимон вес. (шквалы), чай, к: (шквалы)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00
<b><u>Обед</u></b>			
30	<b>Горошек зеленый (гарнировка) 30</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
200	<b>Рассольник Ленинградский 200</b> <small>картофель очищенный (шквалы), огурцы соленые вес, к: (шквалы), морковь очищенная (шквалы), сметана вес., к: (шквалы), лук очищенный (шквалы), крупа перловая, вес. (шквалы), масло подсолнечное, к: (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	22-00
90	<b>Шницель (цех) 90</b> <small>масло подсолнечное, к: (шквалы), шницель из свинины (шквалы)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогатненное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	<b>Соус томатный 30</b> <small>помидоры нарезка, к: (шквалы), морковь очищенная (шквалы), масло сливочное вес. (шквалы), мука вес. (шквалы), лук очищенный (шквалы), масло подсолнечное, к: (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы), сахар вес. (шквалы), лист лавровый, к: (шквалы)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	<b>Напиток ягодный ( в ассортименте) 200</b> <small>сахар-песок, ягоды, яблоки замороженные</small>	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-825, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-116	133-00
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Ватрушка с картофелем (пром.производства)</b> <small>бужочка с кусочками из п-ф промышленного производства, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-343, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-51	21-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-343, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-51	21-00
<b><u>Ужин</u></b>			
120	<b>Гуляш из мяса кур 80/40</b> <small>курица куриный из бескостного мяса кур (шквалы), лук очищенный (шквалы), морковь очищенная (шквалы), масло подсолнечное, к: (шквалы), помидоры нарезка, к: (шквалы), мука вес. (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-231, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-4	63-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель очищенный (шквалы), молоко, к: (шквалы), масло сливочное вес. (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (шквалы), чай, к: (шквалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-574, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-65	99-00
<b><u>Второй ужин</u></b>			
250	<b>Йогурт 2,5%</b> <small>бужочка из муки в-с обогатненная дп "любимая" заварное, мясное пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
<b>Итого за Второй ужин</b>		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 637, Белки-85, Жиры-91, Углеводы-345	378-00

Блюда  
при оформлении 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)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Наггетсы куриные 100(цех)</b> <small>сухарь панировочный вес. (шкалы), яйцо куриное, шт. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), наггетсы куриные м/ф(шкалы), мука вес. (шкалы)</small>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	58-00
150	<b>Пюре картофельное</b> <small>картофель очищенный (шкалы), молоко ультрапастеризованное обезжиренное дл, масло сливочное вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</small>	Калорийность-165, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-21	24-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-645, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-60	94-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-645, Белки-23, Жиры-26, Углеводы-60	94-00

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

ООО "Русский тортовый дом"

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

26.11.2024

**(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)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 0,5 п.жарка, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	<b>Каша молочная "Дружба" 220/10</b> <small>молоко, кг (шкалы), крупа пшено, вес. (шкалы), крупа рисовая, вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</small>	Калорийность-252, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-36	38-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
80	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-188, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-39	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-563, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-95	67-00
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Мазайка" 60</b> <small>картофель очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), кукуруза, кг (шкалы), огурцы свежие вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</small>	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	22-00
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями 250</b> <small>картофель очищенный (шкалы), макароны-вермишель вес. (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</small>	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	22-00
90	<b>Рыба (филе) припущенная 90</b> <small>рыба филе вес. (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), томатная паста, кг (шкалы)</small>	Калорийность-45, Белки-10, Жиры-1	71-00
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая 150</b> <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	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-661, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-111	142-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 224, Белки-40, Жиры-27, Углеводы-206	209-00

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

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

Выход (г)	Наименование блюда	Эп. кал., 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 0,5 пижанка, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	<b>Каша молочная "Дружба" 220/10</b> <small>молоко, кг (школа), крупа пшено, вес. (школа), крупа рисовая, вес. (школа), масло сливочное вес. (школа), сахар вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-252, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-36	38-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-446, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-70	67-00
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Мазайка" 60</b> <small>картофель очищенный (школа), морковь очищенная (школа), кукуруза, кг (школа), соевый соусный вес. (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	22-00
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями 250</b> <small>картофель очищенный (школа), макароны-вермишель вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	22-00
90	<b>Рыба (филе) припущенная 90</b> <small>рыба филе вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), вода, кг (школа)</small>	Калорийность-45, Белки-10, Жиры-1	71-00
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая 150</b> <small>крупа рисовая, вес. (школа), соль йодированная вес. (школа), масло сливочное вес. (школа)</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	15-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-661, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-111	142-00
<b>Полдник</b>			
100	<b>Витушка сдобная</b> <small>бисквит из муки в-с обогащенная дп "Золотая" заморож., жележк пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	29-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	29-00
<b>Ужин</b>			
100	<b>Куры отварные (2 вариант) 100</b> <small>мясо цб (бедро, голень, тушка) (школа), майонез, кг (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), перец черный молотый, кг (школа)</small>	Калорийность-350, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-15	80-00
180	<b>Изделия макаронные отварные 180</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с потемнением содержания натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-44	16-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-771, Белки-35, Жиры-26, Углеводы-96	111-00
<b>Второй ужин</b>			
250	<b>Йогурт 2,5%</b> <small>бизбики из муки в-с обогащенная дп "Золотая" заморож., жележк пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
<b>Итого за Второй ужин</b>		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2 626, Белки-85, Жиры-86, Углеводы-372	395-00

Блюда  
принятые 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)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Булочка Ласка с шоколадом</b> <i>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
230	<b>Каша манная молочная жидкая 225/5</b> <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа манная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-34	31-00
200	<b>Какао с молоком 200</b> <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, сахар-песок, какао-напиток обогащенный дп</i>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	<b>69-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	<b>69-00</b>

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель  
образовательно  
го учреждения

27.11.2024

**(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)
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Булочка Ласка с шоколадом</b> <i>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
230	<b>Каша манная молочная жидкая 225/5</b> <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа манная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-34	31-00
200	<b>Какао с молоком 200</b> <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, сахар-песок, какао-напиток обогащенный дп</i>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	<b>69-00</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Винегрет овощной 60</b> <i>картофель очищенный (шкаты), свеклы очищенная (шкаты), огурцы соленые вес, кг (шкаты), капуста вес. (шкаты), лук очищенный (шкаты), морковь очищенная (шкаты), масло подсолнечное, кг (шкаты), сахар вес. (шкаты), соль йодированная вес. (шкаты), лимонная кислота, кг (шкаты)</i>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	31-00
250	<b>Суп картофельный с бобовыми 250</b> <i>картофель очищенный (шкаты), крупа горох вес. (шкаты), морковь очищенная (шкаты), лук очищенный (шкаты), масло подсолнечное, кг (шкаты), соль йодированная вес. (шкаты)</i>	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-20	20-00
100	<b>Наггетсы куриные 100(цех)</b> <i>сухари панировочный вес. (шкаты), яйцо куриное, шт. (шкаты), масло подсолнечное, кг (шкаты), соль йодированная вес. (шкаты), сыгетсы куриные п-ф(шкаты), мука вес. (шкаты)</i>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	58-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <i>картофель очищенный (шкаты), молоко, кг (шкаты), масло сливочное вес. (шкаты), соль йодированная вес. (шкаты)</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	<b>Компот из плодов (яблоки) 200</b> <i>яблоки вес. (шкаты), сахар вес. (шкаты)</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-860, Белки-31, Жиры-34, Углеводы-94	<b>152-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 590, Белки-52, Жиры-53, Углеводы-210	<b>221-00</b>

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	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
100	<b>Булочка Ласка с конфитуром</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	16-00
230	<b>Каша манная молочная жидкая 225/5</b> <small>молочко ультрапастеризованное обогащенное в шпд упак, крупа манная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-34	31-00
200	<b>Какао с молоком 200</b> <small>молочко ультрапастеризованное обогащенное в шпд упак, сахар-песок, какао-порошок обогащенный дп</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	69-00
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Винегрет овощной 60</b> <small>картофель очищенный (школа), свекла очищенная (школа), огурцы соленые вес. кг (школа), капуста вес. (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, кг (школа), сахар вес. (школа), соль йодированная вес. (школа), лимонная кислота, кг (школа)</small>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	31-00
250	<b>Суп картофельный с бобовыми 250</b> <small>картофель очищенный (школа), крупа горох вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-20	20-00
100	<b>Наггетсы куриные 100(цех)</b> <small>сухари панировочный вес. (школа), яйцо куриное, шт. (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), наггетсы куриные п/ф(школа), мука вес. (школа)</small>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	58-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <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	<b>Компот из плодов (яблоки) 200</b> <small>яблоки вес. (школа), сахар вес. (школа)</small>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-860, Белки-31, Жиры-34, Углеводы-94	152-00
<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	22-00
<b><u>Ужин</u></b>			
90	<b>Котлеты Особые из говядины и свинины(цех)</b> <small>масло подсолнечное, кг (школа), котлеты особые из говядины и свинины (школа)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая 150</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	<b>Соус томатный 30</b> <small>томатная паста, кг (школа), морковь очищенная (школа), масло сливочное вес. (школа), мука вес. (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), сахар вес. (школа), лист лавровый, кг (школа)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	90-00
<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	46-00
<b>Итого за Второй ужин</b>		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-3 039, Белки-93, Жиры-111, Углеводы-396	379-00

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)
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом 30/20</b> <small>хлеб пшеничный 0,5 / пижанка пищевик (школа), повидло вес, кг (школа)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
220	<b>Каша рисовая молочная жидкая 215/5</b> <small>малое ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-238, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	37-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-447, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-74	<b>64-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-447, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-74	<b>64-00</b>

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель  
образовательно  
го учреждения

28.11.2024

**(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)
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом 30/20</b> <small>хлеб пшеничный 0,5 / пижанка пищевик (школа), повидло вес, кг (школа)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
220	<b>Каша рисовая молочная жидкая 215/5</b> <small>малое ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-238, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	37-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-447, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-74	<b>64-00</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат "Стенной" 60</b> <small>картофель очищенный (школа), морковь очищенная (школа), огурцы соевые вес, кг (школа), лук очищенный (школа), горошек зеленый (школа), масло подсолнечное, кг (школа), сахар вес. (школа), лимонная кислота, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	26-00
230	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 230</b> <small>капуста очищенная (школа), картофель очищенный (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), сметана вес. кг (школа), мясо цб (бедро, голень, тушка) (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-8	21-00
100	<b>Гуляш из свинины 60/40</b> <small>свинина, рубленая кубиками (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), мука вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	68-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
200	<b>Компот из смеси</b> <small>компотная смесь вес. (школа), сахар вес. (школа), лимонная кислота, кг (школа)</small>	Калорийность-116, Углеводы-28	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-783, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-107	<b>146-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 230, Белки-38, Жиры-38, Углеводы-181	<b>210-00</b>

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно  
го учреждения

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

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом 30/20</b> <i>хлеб пшеничный 0,5 / пижжанка пищевик (школы), повидло вес, кг (школы)</i>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
220	<b>Каша рисовая молочная жидкая 215/5</b> <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное к ивд упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-238, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-34	37-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар вес. (школы), лимон вес. (школы), чай, кг (школы)</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-447, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-74	<b>64-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат "Стенной" 60</b> <i>картофель очищенный (школы), морковь очищенная (школы), огурцы соевые вес, кг (школы), лук очищенный (школы), горчица зеленая (школы), масло подсолнечное, кг (школы), сахар вес. (школы), лимонная кислота, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</i>	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-6	26-00
230	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 230</b> <i>капуста очищенная (школы), картофель очищенный (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), сметана вес., кг (школы), мясо цб (бедро, голень, тушка) (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</i>	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-8	21-00
100	<b>Гуляш из свинины 60/40</b> <i>свинина, рубленая кубиками (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	68-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <i>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
200	<b>Компот из смеси</b> <i>компотная смесь вес. (школы), сахар вес. (школы), лимонная кислота, кг (школы)</i>	Калорийность-116, Углеводы-28	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-783, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-107	<b>146-00</b>
<b><u>Полдник</u></b>			
100	<b>Булочка ласка с конфитуром</b> <i>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., жележ пастеризованный, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	<b>16-00</b>
<b><u>Ужин</u></b>			
250	<b>Плов из курицы 250</b> <i>курица куриной из бескостного мяса кур (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	75-00
200	<b>Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)</b> <i>яблоки вес. (школы), сахар вес. (школы), премикс витаминный дп(школы)</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Ужин</b>		Калорийность-702, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-83	<b>94-00</b>
<b><u>Второй ужин</u></b>			
250	<b>Йогурт 2,5%</b> <i>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., жележ пастеризованный, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
<b>Итого за Второй ужин</b>		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	<b>46-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-2511, Белки-81, Жиры-82, Углеводы-347	<b>366-00</b>

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. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Шницель (цех) 90</b> <small>масло подсолнечное, кг (школа), шницель из свинины (школа)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая 150</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	<b>Соус томатный</b> <small>томатная паста, кг (школа), морковь очищенная (школа), масло сливочное вес. (школа), мука вес. (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), сахар вес. (школа), лист лавровый, кг (школа)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

29.11.2024

**(КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА 12 лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. пен. (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 0,5 / пшеника пшеница (школа), масло сливочное вес. (школа)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
150	<b>Омлет натуральный 150/5</b> <small>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогатненное в вид уака, масло сливочное обогатненное, масло подсолнечное ди, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-289, Белки-14, Жиры-25, Углеводы-3	75-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-588, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-50	107-00
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты 60</b> <small>капуста очищенная (школа), морковь очищенная (школа), сахар вес. (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	16-00
250	<b>Борщ с капустой и картофелем 240/10</b> <small>свекла 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)</small>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	23-00
250	<b>Плов из курицы 250</b> <small>курица курный из бескостного мяса кур (школа), крупа рисовая, вес. (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-521, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-40	75-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пищевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-868, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-96	126-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1456, Белки-50, Жиры-71, Углеводы-146	233-00

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

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

Выход (ч)	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 маслом 30/10</b> <small>хлеб пшеничный 0,5 / пижаника пиццевик (школы), масло сливочное вес. (школы)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
150	<b>Омлет натуральный 150/5</b> <small>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, масло сливочное обогащенное, масло подсолнечное оп. соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-289, Белки-14, Жиры-25, Углеводы-3	75-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школы), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-588, Белки-20, Жиры-33, Углеводы-50	<b>107-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты 60</b> <small>капуста очищенная (школы), морковь очищенная (школы), сахар вес. (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	16-00
250	<b>Борщ с капустой и картофелем 240/10</b> <small>свекла очищенная (школы), капуста очищенная (школы), картофель очищенный (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), сметана вес., кг (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), сахар вес. (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	23-00
250	<b>Плов из курицы 250</b> <small>курица куриный из бескостного мяса кур (школы), крупа рисовая, вес. (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-521, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-40	75-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар вес. (школы), чай, кг (школы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик 30</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик 30</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-868, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-96	<b>126-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 456, Белки-50, Жиры-71, Углеводы-146	<b>233-00</b>

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами



Старший повар



Руководитель  
образовательного  
учреждения

