

(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 /шкманка, 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 шю упак, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 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
образовательно
го учреждения

02.12.2024

(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 /шкманка, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
260	Каша пшеничная молочная жидкая 250/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шю упак, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-527, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-81	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 (школа), капуста очищенная (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), горошек зеленый (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-191, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	21-00
90	Биточки Пикантные 90 <small>(школа) биточки пикантные (школа), масло подсолнечное, кг (школа)</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 повышенным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный 30 <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	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</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-1 022, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-110	115-00
Итого за день		Калорийность-1 549, Белки-50, Жиры-51, Углеводы-191	182-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

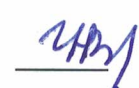
(КОГОбУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА интернат)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Бутерброд с сыром 30/10 <small>хлеб пшеничный 0,5 /листья лука, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
260	Каша пшеничная молочная жидкая 250/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шиб упак, крупа пшени шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47	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 / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-527, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-81	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	Биточки Шикантные УО <small>(школа)</small> <small>биточки шикантные (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 <small>томатная паста, кг (школы), морковь очищенная (школы), масло сливочное вес. (школы), мука вес. (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы), сахар вес. (школы), лист лавровый, кг (школы)</small>	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 / 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-1 022, Белки-34, Жиры-36, Углеводы-110	115-00
Полдник			
100	Печенье пром.производства <small>бублики из муки в-с обогащенная дл "любимая" заморож., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дл</small>	Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	22-00
Итого за Полдник		Калорийность-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	22-00
Ужин			
100	Гуляш из мяса кур 60/40 <small>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)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <small>крупа рисовая, вес. (школы), соль йодированная вес. (школы), масло сливочное вес. (школы)</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	15-00
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 Ужин		Калорийность-575, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-80	90-00
Второй ужин			
250	Йогурт 2,5% <small>бублики из муки в-с обогащенная дл "любимая" заморож., меланж 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-2 872, Белки-85, Жиры-103, Углеводы-366	340-00

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			
200	Жаркое по-домашнему (кура) 200 <small>картофель очищенный (школа), гуляш курный из бескостного мяса кур (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), помидорная паста, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), лист лавровый, кг (школа)</small>	Калорийность-377, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-21	63-00
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 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 при оформлении в соответствии с тех картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

03.12.2024

(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			
100	Ватрушка с картофелем (пром.производства) <small>булочки с кукурузой из п-ф промышленного производства, масло подсолнечное для выпечки</small>	Калорийность-343, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-51	21-00
250	Суп молочный с макаронными изделиями 250 <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид ушка, макаронные изделия яичные (пермишель), сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, 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 (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-685, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-100	63-00
Обед			
60	Салат Школьный 60 <small>овеклет очищенный (школа), огурцы соленые вес. кг (школа), горошек зеленый (школа), масло подсолнечное, кг (школа), лук очищенный (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-00
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель очищенный (школа), консервы рыбные (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	22-00
240	Жаркое по-домашнему (кура) 240 <small>картофель очищенный (школа), гуляш курный из бескостного мяса кур (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), помидорная паста, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), лист лавровый, кг (школа)</small>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	76-00
200	Компот из смеси <small>компотная смесь вес. (школа), сахар вес. (школа), лимонная кислота, кг (школа)</small>	Калорийность-116, Углеводы-28	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-941, Белки-33, Жиры-44, Углеводы-100	134-00
Итого за день		Калорийность-1 626, Белки-54, Жиры-62, Углеводы-200	197-00

Блюда при оформлении 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)
<u>Завтрак</u>			
100	Ватрушка с картофелем (пром.производства) <small>булочка с купежем 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>макало ультрапастеризованное обогащенное в вид унпк, макаронные изделия нечистые (вермишель), сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, 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 (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 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>салатка очищенная (школа), огурцы соевые вес. кг (школа), горошек зеленый (школа), масло подсолнечное, кг (школа), лук очищенный (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-00
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель очищенный (школа), консервы рыбные (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	22-00
240	Жаркое по-домашнему (кура) 240 <small>картофель очищенный (школа), гуляш куриный из бескостного мяса кур (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), лист лавровый, кг (школа)</small>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	76-00
200	Компот из смеси <small>компотная смесь вес. (школа), сахар вес. (школа), лимонная кислота, кг (школа)</small>	Калорийность-116, Углеводы-28	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-941, Белки-33, Жиры-44, Углеводы-100	134-00
<u>Полдник</u>			
170	Блинчики с повидлом 140/30 <small>макало ультрапастеризованное обогащенное в вид унпк, мука пшеничная высшего обогащения, повидло, яйцо диетическое, сахар-песок, масло подсолнечное дп, 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 нб (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	Изделия макаронные отварные 180 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обезжиренное</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 / 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 Ужин		Калорийность-830, Белки-35, Жиры-26, Углеводы-111	115-00
<u>Второй ужин</u>			
250	Йогурт 2,5% <small>булочка из муки высшего обогащения дп "любимая" замороженная, желе из натуральных фруктов, масло подсолнечное дп</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
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			
60	Запеканка из творога 50/10 <i>творог: 9% жирн., молоко сквашеное, 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 шд упаковке, крупа овсяная (геркулес), 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 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
Итого за день		Калорийность-597, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-74	107-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами



Старший повар



Руководитель
образовательного
учреждения



(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 обогаченное, 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 обогаченное в шло упак, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогаченное, 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 вес. (школы), чай, кг (школы)</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 (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
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>сметана очищенная (школы), 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), томатная паста, кг (школы), сахар вес. (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 / 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-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. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Запеканка из творога 50/10 <i>творог 9% жирн., молоко сквашенное, яйцо диетическое, крупа манная, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15%, масло сливочное обогаченное, 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 обогаченное в шид упак, крупа овсяная (геркулес), масло сливочное обогаченное, 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 вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</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 (шкалы), яйцо куриное, шт. (шкалы), морковь очищенная (шкалы), горошек зеленый (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-5	20-00
230	Борщ с капустой и картофелем 240/10 <i>свекла очищенная (шкалы), капуста очищенная (шкалы), картофель очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), сметана вес., кг (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), пшеничная мука, кг (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	23-00
250	Плов из свинины 250 <i>свинина, рубленая кубиками (шкалы), крупа рисовая, вес. (шкалы), лук очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), томатная паста, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</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., меланж 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 1 категории (рудки), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с обогаченная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	71-00
180	Картофельное пюре 180 <i>картофель очищенный (шкалы), молоко, кг (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-202, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-29	24-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</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., меланж 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. деп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 <small>хлеб пшеничный 0,5 / повидло пшеничное (школа), повидло вес, кг (школа)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иид упаковке, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	30-00
200	Какао с молоком 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иид упаковке, сахар-песок, какао-напиток обогащенный оп</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 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

05.12.2024

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. деп. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 <small>хлеб пшеничный 0,5 / повидло пшеничное (школа), повидло вес, кг (школа)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иид упаковке, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	30-00
200	Какао с молоком 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иид упаковке, сахар-песок, какао-напиток обогащенный оп</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-644, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-105	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-вермишель вес (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), мясо цп (бюджет), зелень, 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 свинины (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 / 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
Итого за день		Калорийность-1 391, Белки-46, Жиры-44, Углеводы-200	199-00

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. пен. (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 пшеница (школа), повидло вес, кг (школа)</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-напиток обогащенный др</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-644, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-105	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 (школа), макароны-вермишель вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), мясо цб (бедро, голень, 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 свинины (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 / 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>вафелька из муки в-с обогащенная др "любимая" заморозк., желе из пастеризованной, масло подсолнечное др</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 (школа), свинина, рубленая кубиками (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), лист лавровый, кг (школа)</small>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	80-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</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>вафелька из муки в-с обогащенная др "любимая" заморозк., желе из пастеризованной, масло подсолнечное др</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-2 882, Белки-87, Жиры-115, Углеводы-359	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 <small>хлеб пшеничный 0,5 / пижанка пищевой (школы), масло сливочное вес. (школы)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	37-00
200	Кофейный напиток на молоке 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный др</small>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	17-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-556, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-77	78-00
Итого за день		Калорийность-556, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-77	78-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

06.12.2024

(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 <small>хлеб пшеничный 0,5 / пижанка пищевой (школы), масло сливочное вес. (школы)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	37-00
200	Кофейный напиток на молоке 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный др</small>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	17-00
70	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийность-164, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-34	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-649, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-97	78-00
Обед			
60	Винегрет овощной 60 <small>картофель очищенный (школы), свекла очищенная (школы), огурцы соленные вес. кг (школы), капуста очищенная (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), сахар вес. (школы), соль йодированная вес. (школы), лимонная кислота, кг (школы)</small>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	31-00
250	Щи из свежей капусты с картофелем 250 <small>капуста очищенная (школы), картофель очищенный (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), сметана вес. кг (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	21-00
100	Гуляши из мяса кур 60/40 (шар) <small>супы куриный из бескостного мяса кур (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), пшеничная паста, кг (школы), мука вес. (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <small>яблоки вес. (школы), сахар вес. (школы)</small>	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		Калорийность-754, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-100	149-00
Итого за день		Калорийность-1 403, Белки-48, Жиры-49, Углеводы-197	227-00

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 <small>хлеб пшеничный 0,5 / пшеника пшеница (шквалы), масло сливочное вес. (шквалы)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
260	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-275, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-40	37-00
200	Кофейный напиток на молоке 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный для</small>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16	17-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-577, Белки-16, Жиры-21, Углеводы-80	78-00
<u>Обед</u>			
60	Винегрет овощной 60 <small>картофель очищенный (шквалы), свекла очищенная (шквалы), огурцы салатные вес. кг (шквалы), капуста очищенная (шквалы), лук очищенный (шквалы), морковь очищенная (шквалы), масло подсолнечное, кг (шквалы), сахар вес. (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы), лимонная кислота, кг (шквалы)</small>	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5	31-00
250	Щи из свежей капусты с картофелем 250 <small>капуста очищенная (шквалы), картофель очищенный (шквалы), морковь очищенная (шквалы), лук очищенный (шквалы), сметана вес. кг (шквалы), масло подсолнечное, кг (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	21-00
100	Гуляш из мяса кур 00/40 (шквал) <small>курица куриный из бескостного мяса кур (шквалы), лук очищенный (шквалы), морковь очищенная (шквалы), масло подсолнечное, кг (шквалы), томатная паста, кг (шквалы), мука вес. (шквалы), соль йодированная вес. (шквалы)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <small>яблоки вес. (шквалы), сахар вес. (шквалы)</small>	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
<u>Полдник</u>			
100	Сок фруктовый 0,2 <small>яблоки, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-185, Углеводы-71	33-00
Итого за Полдник		Калорийность-185, Углеводы-71	33-00
Итого за день		Калорийность-1516, Белки-45, Жиры-49, Углеводы-251	260-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с требованиями

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения