

(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 / тостовика пиццевик (школа), масло сливочное вес. (школа)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 <small>макаронные изделия группы а фигурные, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогатенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
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 / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00
Итого за день		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

09.12.2024

(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 / тостовика пиццевик (школа), масло сливочное вес. (школа)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 <small>макаронные изделия группы а фигурные, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогатенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
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 / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00
Обед			
30	Горошек зеленый (гарнировка) 30	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
200	Рассольник Ленинградский 200 <small>картофель очищенный (школа), огурцы соленые вес. кг (школа), морковь очищенная (школа), сметана вес., кг (школа), лук очищенный (школа), крупа пшеничная, вес. (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	22-00
90	Шницель (цех) 90 <small>масло подсолнечное, кг (школа), шницель из свиная (школа)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогатенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный 30 <small>пшеничная 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	Напиток ягодный (в ассортименте) 200 <small>сахар-песок, ягоды, ягоды 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 Обед		Калорийность-825, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-116	133-00
Итого за день		Калорийность-1 448, Белки-43, Жиры-50, Углеводы-197	212-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

(КОГОбУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА интернат)

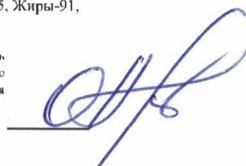
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброд с маслом 30/10 <small>хлеб пшеничный 0,5 / масло сливочное (школа), масло сливочное вес. (школа)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 <small>макаронные изделия группы а фигурные, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, к. (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-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	79-00
<u>Обед</u>			
30	Горошек зеленый (гарнировка) 30	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
200	Рассольник Ленинградский 200 <small>картофель очищенный (школа), огурцы соленые вес. к. (школа), морковь очищенная (школа), сметана вес. к. (школа), лук очищенный (школа), крупа перловая, вес. (школа), масло подсолнечное, к. (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	22-00
90	Шницель (цех) 90 <small>масло подсолнечное, к. (школа), шницель из свинины (школа)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
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, к. (школа), морковь очищенная (школа), масло сливочное вес. (школа), мука вес. (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, к. (школа), соль йодированная вес. (школа), сахар вес. (школа), лист лавровый, к. (школа)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Напиток ягодный (в ассортименте) 200 <small>сахар-песок, ягоды, ягоды 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 Обед		Калорийность-825, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-116	133-00
<u>Полдник</u>			
100	Ватрушка с картофелем (пром.производства) <small>бублики с начинкой из п-ф промышленного производства, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-343, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-51	21-00
Итого за Полдник		Калорийность-343, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-51	21-00
<u>Ужин</u>			
120	Гуляш из мяса кур 80/40 <small>курица куриный из бескостного мяса кур (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, к. (школа), томатная паста, к. (школа), мука вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-231, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-4	63-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель очищенный (школа), молоко, к. (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, к. (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-574, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-65	99-00
<u>Второй ужин</u>			
250	Йогурт 2,5% <small>бублики из муки в-с обогащенный дп "Лабимик" заморож. мясное пастеризованный, 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-2 637, Белки-85, Жиры-91, Углеводы-345	378-00

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			
80	Наггетсы куриные 80 <small>мясо иб 1 категории (срудка), сухари панирочные, яйцо очищенное, мука пшеничная в/с обогатенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-244, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-1	58-00
150	Пюре картофельное <small>картофель очищенный (шквал), молоко ультрапастеризованное обезжиренное дп, масло сливочное вес. (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-165, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-21	24-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шквал), чай, кг (шквал)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пиццевик 30	Калорийности-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-584, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-59	94-00
Итого за день		Калорийность-584, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-59	94-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
обязательно
по учреждению

10.12.2024

(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 пшеница, сыр твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша молочная "Дружба" 220/10 <small>молоко, кг (шквал), крупа пшени, вес. (шквал), крупа рисовая, вес. (шквал), масло сливочное вес. (шквал), сахар вес. (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-252, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-36	38-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шквал), чай, кг (шквал)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
80	Хлеб пшеничный / Пиццевик 30	Калорийность-188, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-39	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-563, Белки-17, Жиры-13, Углеводы-95	67-00
Обед			
60	Салат "Мазайка" 60 <small>картофель очищенный (шквал), морковь очищенная (шквал), кукуруза, кг (шквал), огурцы соленые вес. кг (шквал), масло подсолнечное, кг (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	22-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 <small>картофель очищенный (шквал), макаронные-перемешать вес. (шквал), морковь очищенная (шквал), лук очищенный (шквал), масло подсолнечное, кг (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	22-00
90	Рыба (филе) припущенная 90 <small>рыба филе вес. (шквал), морковь очищенная (шквал), лук очищенный (шквал), масло подсолнечное, кг (шквал), соль йодированная вес. (шквал), томатная паста, кг (шквал)</small>	Калорийность-45, Белки-10, Жиры-1	71-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <small>крупа рисовая, вес. (шквал), соль поваренная вес. (шквал), масло сливочное вес. (шквал)</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	15-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шквал), чай, кг (шквал)</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-661, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-111	142-00
Итого за день		Калорийности-1 224, Белки-40, Жиры-27, Углеводы-206	209-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
обязательно
по учреждению

(КОГОбУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА интернат)

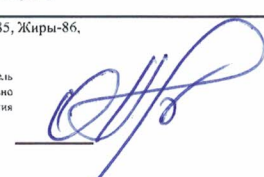
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброд с сыром 30/10 <small>хлеб пшеничный 0,5 пшеница, сыр п-твердой деп.кст</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша молочная "Дружба" 220/10 <small>манка, ке (школа), крупа пшениц. 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	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, ке (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийности-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийности-446, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-70	67-00
<u>Обед</u>			
60	Салат "Мазайка" 60 <small>картофель очищенный (школа), морковь очищенная (школа), кукуруза, ке (школа), огурцы соление вес. ке (школа), масло подсолнечное, ке (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	22-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями 250 <small>картофель очищенный (школа), макароны-перья вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, ке (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	22-00
90	Рыба (филе) припущенная 90 <small>рыба филе вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, ке (школа), соль йодированная вес. (школа), петрушка, ке (школа)</small>	Калорийность-45, Белки-10, Жиры-1	71-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <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	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, ке (школа)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийности-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30	Калорийности-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийности-661, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-111	142-00
<u>Полдник</u>			
100	Витюшка сдобная <small>бублики из муки в-с обесквашенная др "гобизия" запаренная, мясное пастеризованное, масло подсолнечное др</small>	Калорийности-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	29-00
Итого за Полдник		Калорийности-476, Белки-7, Жиры-26, Углеводы-63	29-00
<u>Ужин</u>			
100	Куры отварные (2 вариант) 100 <small>мясо цб (бедро, голень, тушка) (школа), майонез, ке (школа), масло подсолнечное, ке (школа), соль йодированная вес. (школа), перец черный молотый, ке (школа)</small>	Калорийности-350, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-15	80-00
180	Изделия макаронные отварные 180 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пометками соответствующим натрия, масло сливочное обесквашенное</small>	Калорийности-243, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-44	16-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, ке (школа)</small>	Калорийности-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийности-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Пищевик 30	Калорийности-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Ужин		Калорийности-771, Белки-35, Жиры-26, Углеводы-96	111-00
<u>Второй ужин</u>			
250	Йогурт 2,5% <small>бублики из муки в-с обесквашенная др "гобизия" запаренная, мясное пастеризованное, масло подсолнечное др</small>	Калорийности-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за Второй ужин		Калорийности-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	46-00
Итого за день		Калорийности-2626, Белки-85, Жиры-86, Углеводы-372	395-00

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			
100	Булочка Ласка с кориандром <small>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
230	Каши манная молочная жидкая 225/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, крупы манная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с технологическим содержанием натрия</small>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-34	31-00
200	Какао с молоком 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, сахар-песок, какао-порошок обогащенный дп</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-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	69-00
Итого за день		Калорийность-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	69-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский тортовый дом"

11.12.2024

(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	Булочка Ласка с кориандром <small>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
230	Каши манная молочная жидкая 225/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, крупы манная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с технологическим содержанием натрия</small>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-34	31-00
200	Какао с молоком 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, сахар-песок, какао-порошок обогащенный дп</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-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	69-00
Обед			
60	Винегрет овощной 60 <small>картофель очищенный (школа), свекла очищенная (школа), огурцы соленые вес. кг (школа), капуста очищенная (школа), лук зеленый (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	Суп картофельный с бобовыми 250 <small>картофель очищенный (школа), крупы геркулес 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
90	Наггетсы куриные 90 <small>грудка куриная вес. (школа), соусы панировочный вес. (школа), яйцо куриное, шт. (школа), мука вес. (школа), масло подсолнечное. кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	58-00
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	Компот из плодов (яблоки) 200 <small>яблоки вес. (школа), сахар вес. (школа)</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-829, Белки-29, Жиры-32, Углеводы-94	152-00
Итого за день		Калорийность-1 559, Белки-50, Жиры-51, Углеводы-210	221-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

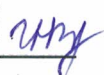
(КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА интернат)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Булочка Ласка с шоколадом <small>булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., мажонг пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
230	Каша манная молочная жидкая 225/5 <small>мажонг пастеризованный обогащенный в инд улак, крупа манная, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-243, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-34	31-00
200	Какао с молоком 200 <small>мажонг пастеризованный обогащенный в инд улак, сахар-песок, какао-напиток обогащенный дп</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-730, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-116	69-00
Обед			
60	Винегрет овощной 60 <small>картофель очищенный (шквалы), свекла очищенная (шквалы), огурцы соленые вес, кг (шквалы), капуста очищенная (шквалы), лук репчатый (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	Суп картофельный с бобовыми 250 <small>картофель очищенный (шквалы), крупа перловка (шквалы), морковь очищенная (шквалы), лук репчатый (шквалы), масло подсолнечное, кг (шквалы), соль йодированная вес (шквалы)</small>	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-20	20-00
90	Наггетсы куриные 90 <small>грудки куриные вес (шквалы), стейк панированный вес (шквалы), яйцо куриное, шт (шквалы), мука вес (шквалы), масло подсолнечное, кг (шквалы), соль йодированная вес (шквалы)</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	58-00
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	Компот из плодов (яблоки) 200 <small>яблоки вес (шквалы), сахар вес (шквалы)</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-829, Белки-29, Жиры-32, Углеводы-94	152-00
Полдник			
100	Печенье пром.производства <small>печенье из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., мажонг пастеризованный, масло подсолнечное дп</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			
90	Котлеты Особые из говядины и свинины(цех) <small>мажонг пастеризованный, кг (шквалы), котлеты особые из говядины и свинины (шквалы)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный 30	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
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-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	90-00
Второй ужин			
250	Йогурт 2,5% <small>йогурт из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., мажонг пастеризованный, 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-3 008, Белки-91, Жиры-109, Углеводы-396	379-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

С.тарший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения





(КОГОБУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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 пшеница пиццевик (школа), повидло вес. кг (школа)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
220	Каша рисовая молочная жидкая 215/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иод утук, 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	Кофейный напиток на молоке 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иод утук, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный др</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-510, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-80	73-00
Итого за день		Калорийность-510, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-80	73-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

12.12.2024

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

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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 пшеница пиццевик (школа), повидло вес. кг (школа)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
220	Каша рисовая молочная жидкая 215/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иод утук, 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	Кофейный напиток на молоке 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в иод утук, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный др</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-510, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-80	73-00
Обед			
60	Салат картофельный с сельдью 60 <small>картофель очищенный (школа), сельдь с/сол вес. (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-75, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-8	23-00
230	Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 230 <small>капуста очищенная (школа), картофель очищенный (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), сметана вес. кг (школа), мясо цб (бедра, голень, тушка) (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-8	21-00
100	Гуляш из свинины 60/40 <small>свинина, рубленая кубиками (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), мука вес. (школа), соль йодированная чсс. (школа)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	68-00
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
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-808, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-109	143-00
Итого за день		Калорийность-1318, Белки-43, Жиры-43, Углеводы-189	216-00

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 порция пиццек (шквал), повидло вес. кг (шквал)</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
220	Каша рисовая молочная жидкая 215/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид улик, 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	Кофейный напиток на молоке 200 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид улик, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный др</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-510, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-80	73-00
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с сельдью 60 <small>картофель очищенный (шквал), сельдь с/сол вес. (шквал), лук очищенный (шквал), масло подсолнечное, кг (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-75, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-8	23-00
230	Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 230 <small>капуста очищенная (шквал), картофель очищенный (шквал), морковь очищенная (шквал), лук очищенный (шквал), сметана вес. кг (шквал), масло подсолнечное, кг (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-8	21-00
100	Гуляш из свинины 60/40 <small>свинина рубленая кубиками (шквал), лук очищенный (шквал), морковь очищенная (шквал), масло подсолнечное, кг (шквал), томатная паста, кг (шквал), мука вес. (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	68-00
150	Издалия 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
200	Компот из смеси <small>компотная смесь вес. (шквал), сахар вес. (шквал), лимонная кислота, кг (шквал)</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-808, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-109	143-00
<u>Полдник</u>			
100	Булочка Ласка с кондитером <small>булочки из муки в-с обогащенная др "любимая" заморож., жележк пастеризованный, масло подсолнечное др</small>	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
Итого за Полдник		Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	16-00
<u>Ужин</u>			
250	Плов из курицы 250 <small>филе куриный из бескостного мяса кур (шквал), крупа рисовая, вес. (шквал), лук очищенный (шквал), морковь очищенная (шквал), масло подсолнечное, кг (шквал), томатная паста, кг (шквал), соль йодированная вес. (шквал)</small>	Калорийность-521, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-40	75-00
200	Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки) <small>яблоки вес. (шквал), сахар вес. (шквал), пребиотики витаминный др(шквал)</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 Ужин		Калорийность-702, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-83	94-00
<u>Второй ужин</u>			
250	Йогурт 2,5% <small>булочки из муки в-с обогащенная др "любимая" заморож., жележк пастеризованный, масло подсолнечное др</small>	Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	15-00
Итого за Второй ужин		Калорийность-272, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-32	15-00
Итого за день		Калорийность-2 599, Белки-86, Жиры-87, Углеводы-355	341-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
обслуживающе
го учреждения





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

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Шницель (цех) 90 <i>масло подсолнечное, кг (шкалы), шницель из свинины (шкалы)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	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
30	Соус томатный <i>томатная 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)</i>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
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 Завтрак		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00
Итого за день		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

13.12.2024

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

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Бутерброд с маслом 30/10 <i>хлеб пшеничный 0,5 / пижанка пищевик (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы)</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
150	Омлет натуральный 150/5 <i>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, масло сливочное обогащенное, масло подсолнечное оп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-289, Белки-14, Жиры-25, Углеводы-3	75-00
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-525, Белки-18, Жиры-33, Углеводы-37	104-00
Обед			
60	Салат из белокочанной капусты 60 <i>капуста очищенная (шкалы), морковь очищенная (шкалы), сахар вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	16-00
250	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), томатная паста, кг (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	23-00
250	Плов из курицы 250 <i>курица куриный из бескостного мяса кур (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	75-00
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 Обед		Калорийность-868, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-96	126-00
Итого за день		Калорийность-1 393, Белки-48, Жиры-71, Углеводы-133	230-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

ООО "Русский торговый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

(КОГОВУ СШ С УИОП ПГТ ПИЖАНКА интернат)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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; пижаника пищевик (школа), масло сливочное вес. (школа)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
150	Омлет натуральный 150/5 <small>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, масло сливочное обогащенное, масло подсолнечное оп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийности-289, Белки-14, Жиры-25, Углеводы-3	75-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийности-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийности-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак			104-00
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты 60 <small>капуста очищенная (школа), морковь очищенная (школа), сахар вес. (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийности-59, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	16-00
250	Борщ с капустой и картофелем 240/10 <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>	Калорийности-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	23-00
250	Плов из курицы 250 <small>курица куриный мя безостного 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>	Калорийности-521, Белки-23, Жиры-29, Углеводы-40	75-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школа), чай, кг (школа)</small>	Калорийности-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Пищевик 30	Калорийности-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пищевик 30	Калорийности-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед			126-00
Итого за день			230-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами



Старший повар



Руководитель
образовательно
го учреждения

