

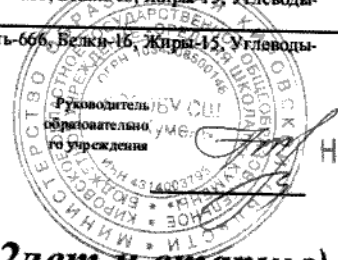
(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 Кумены <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, повидло</small>	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	
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	
200	Чай с сахаром витаминизированный <small>сахар-песок, чай черный, мята сушеная</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Завтрак		Калорийность-666, Белки-16, Жиры-45, Углеводы-108	
Итого за день		Калорийность-666, Белки-16, Жиры-45, Углеводы-108	

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

ООО "Русский торговый дом"



Н.В. Гасникова

04.09.2024

(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Помидоры, огурцы свежие (гарнировка) 60 <small>помидоры, огурцы</small>	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	19-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <small>свежая капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории куриное (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
100	Котлеты рубленые Мясные 100 <small>мясо цб 1 категории (грудинка), лук репчатый, мясо свиное замороженное, хлеб пшеничный 0,5 /тужалка, сухари панировочные, яйцо олеиническое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	62-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-733, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-88	144-00
Итого за день		Калорийность-733, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-88	144-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения



Н.В. Гасникова