

**(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)
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Наггетсы куриные 90</b> <i>мясо цб 1 категории (срудка), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная вс обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	63-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы- 24	23-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Кумены</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-617, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-63	98-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-617, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-63	98-00

Блюда приготовлены  
в соответствии с  
тех. картами

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

06.09.2024

**(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)
<b>Обед</b>			
60	<b>Помидоры свежие (гарнировка)</b>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	15-00
30			
250	<b>Суп картофельный с рыбными консервами 250</b> <i>картофель, консервы рыбные, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы- 14	28-00
100	<b>Куры запеченные (голень) 100</b> <i>мясо цб 1 категории куриное (голень), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</i>	Калорийность-305, Белки-24, Жиры-23	82-00
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>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Кумены</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-815, Белки-37, Жиры-33, Углеводы-88	152-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-815, Белки-37, Жиры-33, Углеводы-88	152-00

Блюда приготовлены  
в соответствии с  
тех. картами

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

Н.В. Гасникова