

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 7-11 лет

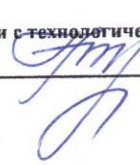
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <small>грудка цыплят-бройлеров I категории замороженное, стейнша, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари папироточные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-193, Бел-11, Жир-9, Угл-17, А-5, С-8, Е-1, Са-83, Mg-38, Fe-2	59-40
150	Каша рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183) <small>крути рисовая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-290, Бел-4, Жир-14, Угл-38, А-59, Е-3, Са-13, Mg-27, Fe-1	14-96
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
530	Итого за Завтрак	кКал-705, Бел-19, Жир-24, Угл-98, А-71, С-9, Е-4, Са-127, Mg-92, Fe-6	86-85
	Итого за день	кКал-705, Бел-19, Жир-24, Угл-98, А-71, С-9, Е-4, Са-127, Mg-92, Fe-6	86-85

ООО Русский торговый дом

21.04.2023

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
30	Зеленый горошек(гарнировка) (№ рецептуры 18)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-20
250	Суп картофельный с бобовыми (№ рецептуры 58) <small>картофель, горох кидатый, мясо цыплят-бройлеров I категории тушки, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</small>	кКал-216, Бел-8, Жир-16, Угл-19, А-79, С-12, Е-2, Са-54, Mg-39, Fe-2	24-89
100	Биточки (котлеты) из мяса кур 100г (№ рецептуры 126) <small>грудка цыплят-бройлеров I категории замороженное, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, хлеб пшеничный, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп</small>	кКал-264, Бел-18, Жир-15, Угл-15, Са-42, Fe-1	55-20
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23, А-63, С-27, Са-46, Mg-34, Fe-1	32-18
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
790	Итого за Обед	кКал-886, Бел-34, Жир-40, Угл-100, А-143, С-42, Е-2, Са-176, Mg-104, Fe-7	131-30
	Итого за день	кКал-886, Бел-34, Жир-40, Угл-100, А-143, С-42, Е-2, Са-176, Mg-104, Fe-7	131-30

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами
 Директор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны  Н.В.Гасникова

 С.А.Ардашева

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <small>грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, свинина, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ином упаковке, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-193, Бел-11, Жир-9, Угл-17, А-5, С-8, Е-1, Са-83, Mg-38, Fe-2	59-40
150	Каша рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183) <small>крупа рисовая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-290, Бел-4, Жир-14, Угл-38, А-59, Е-3, Са-13, Mg-27, Fe-1	14-96
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
530	Итого за Завтрак	кКал-705, Бел-19, Жир-24, Угл-98, А-71, С-9, Е-4, Са-127, Mg-92, Fe-6	86-85
Обед			
250	Суп картофельный с бобовыми (№ рецептуры 58) <small>картофель, горох колотый, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</small>	кКал-216, Бел-8, Жир-16, Угл-19, А-79, С-12, Е-2, Са-54, Mg-39, Fe-2	24-89
100	Биточки (котлеты) из мяса кур 100г (№ рецептуры 126) <small>грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ином упаковке, хлеб пшеничный, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп</small>	кКал-264, Бел-18, Жир-15, Угл-15, Са-42, Fe-1	55-20
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в ином упаковке, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-189, Бел-3, Жир-9, Угл-23, А-63, С-27, Са-46, Mg-34, Fe-1	32-18
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
790	Итого за Обед	кКал-886, Бел-34, Жир-40, Угл-100, А-143, С-42, Е-2, Са-176, Mg-104, Fe-7	122-10
	Итого за день	кКал-886, Бел-34, Жир-40, Угл-100, А-143, С-42, Е-2, Са-176, Mg-104, Fe-7	208-95

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны МАЛООБЕСПЕЧЕННЫЕ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	Стоимость
Обед			
250	Суп картофельный с бобовыми (№ рецептуры 58) <small>картофель, горох колотый, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, морковь, лук репчатый, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</small>	кКал-216, Бел-8, Жир-16, Угл-19, А-79, С-12, Е-2, Са-54, Mg-39, Fe-2	24-89
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
60	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	6-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
	Итого за Обед		37-72

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами  С.А.АрдашеваДиректор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны  Н.В.Гасникова