

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			
70	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <i>грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, свищиа, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-150, Бел-8, Жир-7, Угл-13, А-4, С-7, Е-1, Са-64, Mg-29, Fe-1	46-20
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	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) <i>сахар-песок, чай черный</i>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
200	Сок в ассортименте 0,2л (№ рецептуры 6)	кКал-136, Угл-24, С-20, Е-1, Са-70, Mg-40, Fe-14	=
480	Итого за Завтрак	кКал-544, Бел-15, Жир-16, Угл-77, А-68, С-34, Е-1, Са-138, Mg-88, Fe-5	88-21
	Итого за день	кКал-544, Бел-15, Жир-16, Угл-77, А-68, С-34, Е-1, Са-138, Mg-88, Fe-5	88-21

ООО Русский торговый дом

17.05.2023

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			
100	Салат из свеклы с сыром (№ рецептуры 240) <i>свекла, сыр п-твердый детский, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-234, Бел-5, Жир-21, Угл-6, С-7, Е-7, Са-191, Mg-22, Fe-1	32-76
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <i>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
100	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <i>грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, свищиа, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-215, Бел-12, Жир-10, Угл-19, А-5, С-9, Е-2, Са-92, Mg-42, Fe-2	66-00
150	Каша рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183) <i>крупа рисовая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	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) <i>морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, лист лавровый</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-96
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <i>сахар-песок, чай черный</i>	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
890	Итого за Обед	кКал-1164, Бел-30, Жир-55, Угл-123, А-113, С-25, Е-15, Са-375, Mg-136, Fe-8	140-36
	Итого за день	кКал-1164, Бел-30, Жир-55, Угл-123, А-113, С-25, Е-15, Са-375, Mg-136, Fe-8	140-36

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами

С.А.Ардашева

Директор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны  Н.В.Гасникова

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
70	Комплета Мясная (№ рецептуры 235) <small>продукты мясные-бройлеров I категории замороженные, свиномы, молоко ультрапастеризованное обогащенное и и/ли утук, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-150, Бел-8, Жир-7, Угл-13, А-4, С-7, Е-1, Са-64, Mg-29, Fe-1	46-20
150	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное и и/ли утук, 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 ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
Итого за Завтрак		кКал-544, Бел-15, Жир-16, Угл-77, А-68, С-34, Е-1, Са-138, Mg-88, Fe-5	88-21
Обед			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <small>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</small>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
100	Комплета Мясная (№ рецептуры 235) <small>продукты мясные-бройлеров I категории замороженные, свиномы, молоко ультрапастеризованное обогащенное и и/ли утук, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-215, Бел-12, Жир-10, Угл-19, А-5, С-9, Е-2, Са-92, Mg-42, Fe-2	66-00
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, лист лавровый</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-96
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
890	Итого за Обед	кКал-1 164, Бел-30, Жир-55, Угл-123, А-113, С-25, Е-15, Са-375, Mg-136, Fe-8	107-60
Итого за день		кКал-1 644, Бел-30, Жир-55, Угл-123, А-113, С-25, Е-15, Са-375, Mg-136, Fe-8	195-81

ООО Русский торговый дом

17.05.2023

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны МАЛООБЕСПЕЧЕННЫЕ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <small>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</small>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
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, лист лавровый</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-96
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
Итого за Обед			41-60

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами _____ С.А.Ардашева

Директор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны _____ Н.В.Гасникова