

**(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>			
40	<b>Бутерброд с маслом 30/10 Кумены</b> <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	19-00
230	<b>Макаронные изделия с тертым сыром 230</b> <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	44-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	<b>75-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-623, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-81	<b>75-00</b>
Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами		Старший повар	Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

26.02.2024

**(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>			
30	<b>Кукуруза консервированная (гарнировка) 30</b>	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	12-00
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250</b> <small>капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
100	<b>Куры запеченные (голень) 100</b> <small>мясо цб 1 категории кусковое (голень), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</small>	Калорийность-305, Белки-24, Жиры-23	82-00
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая 150</b> <small>крупа рисовая, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	17-00
30	<b>Соус томатный</b> <small>томат-паста, морковь, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в/с обогащенная, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</small>	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	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-921, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-106	<b>154-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-921, Белки-38, Жиры-36, Углеводы-106	<b>154-00</b>
Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами		Старший повар	Руководитель образовательного учреждения

