

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	19-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в швед упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	7-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	Яблоки свежие шт <small>яблоки из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., мезанж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы- 15	=
Итого за Завтрак		Калорийность-564, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-86	65-00
Итого за день		Калорийность-564, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-86	65-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

29.02.2024

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНИ 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 "Степной" 100 <small>картофель, морковь, горошек зеленый консервы, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-1 075, Белки-78, Жиры-79, Углеводы-13	26-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <small>свежая капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории кусковое (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
100	Котлеты рубленые Особые 100 <small>мясо цб 1 категории (грудинка), мясо свиным замороженное, хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-304, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-18	64-00
150	Пюре гороховое 150 <small>орех колючий, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	11-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар-песок, лимоны, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
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-1 938, Белки-120, Жиры-108, Углеводы-117	141-00
Итого за день		Калорийность-1 938, Белки-120, Жиры-108, Углеводы-117	141-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

