

(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)
Завтрак			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены <i>хлеб пшеничный 0,45 кумены, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	19-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	39-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
ит	яблоки свежие		
Итого за Завтрак		Калорийность-490, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	67-00
Итого за день		Калорийность-490, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	67-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

ООО "Русский торговый дом"

14.03.2024

(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)
Обед			
100	Салат "Стенной" 100 <i>картофель, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное дп, сахар-песок, кислота лимонная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	26-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>свекла, 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</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	28-00
100	Котлеты рубленые Особые 100 <i>мясо цб 1 категории (срудка), мясо свинины замороженное, хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-304, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-18	64-00
150	Пюре гороховое 150 <i>горох колотый, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	11-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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-943, Белки-44, Жиры-33, Углеводы-114	141-00
Итого за день		Калорийность-943, Белки-44, Жиры-33, Углеводы-114	141-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

