

**(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом 30/20 Кумены</b> <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, повидло</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	19-00
230	<b>Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	39-00
200	<b>Чай с сахаром витаминизированный</b> <small>сахар-песок, чай черный, мята сушеная</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-576, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-98	<b>67-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-576, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-98	<b>67-00</b>

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно  
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

27.03.2024

**(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Обед</b>			
30	<b>Горошек зеленый (гарнировка) 30</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	<b>Рассольник Ленинградский на курином бульоне 250</b> <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана 15%, лук репчатый, крупа перловая, мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	27-00
90	<b>Котлеты руленые Особые</b> <small>мясо цб 1 категории (грудка), мясо свинины замороженное, хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-274, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-16	58-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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-767, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-95	<b>135-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-767, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-95	<b>135-00</b>

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно  
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

27.03.2024