

(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 <small>хлеб пшеничный 0,45/кумены, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	19-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 <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	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
150	Яблоки свежие шт <small>блюдка из муки в-с обогащенная дп "любимая" заморож., мезанж пастеризованный, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-53, Углеводы-11	=
Итого за Завтрак		Калорийность-676, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-92	75-00
Итого за день		Калорийность-676, Белки-17, Жиры-24, Углеводы-92	75-00

Блюда приготовлены
в соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

29.03.2024

(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 из свеклы с растительным маслом 100 <small>свекла, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8	16-00
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель, консервы рыбные, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	28-00
100	Тефтели мясные 100 <small>мясо свиное замороженное, лук репчатый, крупа рисовая, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-276, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-11	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-37	13-00
30	Соус томатный <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	Компот из плодов (яблоки) 200 <small>яблоки, сахар-песок</small>	Калорийность-47, Углеводы-16	10-00
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-920, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-115	137-00
Итого за день		Калорийность-920, Белки-27, Жиры-39, Углеводы-115	137-00

Блюда приготовлены
в соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения