

(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 сыром 30/10 Кумены <i>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, сыр п-твердый детский</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	19-00
230	Каша пшеничная молочная жидкая 220/10 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в илд узак, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	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
Итого за Завтрак		Калорийность-492, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	67-00
Итого за день		Калорийность-492, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	67-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

Н.В. Гасникова

01.04.2024

(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 картофельный с сельдью 100 <i>картофель, сельдь м/с, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-124, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-13	31-00
250	Рассольник Ленинградский 250 <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана 15%, лук репчатый, крупа перловая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17	25-00
100	Биточки рубленые из птицы 100 к <i>мясо цб 1 категории (срудка), хлеб пшеничный 0,5 /пшанка, лук репчатый, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-253, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-10	58-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <i>крупа рисовая, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
30	Соус томатный <i>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</i>	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
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-918, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-119	150-00
Итого за день		Калорийность-918, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-119	150-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

Н.В. Гасникова