
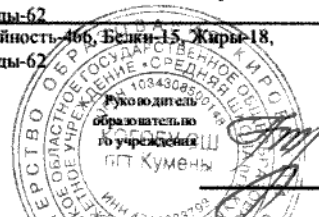




(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
50	Омлет натуральный 50 <i>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упаковке, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упаковке, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	35-00
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-466, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-62	69-00
Итого за день		Калорийность-466, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-62	69-00
Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами	Старший повар 	 Руководитель образовательного учреждения Ш ПГТ Кумены	Н.В. Гасникова 11.04.2024

(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)
<u>Обед</u>			
100	Салат "Степной" 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>овески, 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	25-00
100	Котлеты рубленые Особые 100 <i>мясо цб 1 категории (грудка), мясо свиное 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	138-00
Итого за день		Калорийность-943, Белки-44, Жиры-33, Углеводы-114	138-00
Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами	Старший повар 	 Руководитель образовательного учреждения Ш ПГТ Кумены	Н.В. Гасникова