

**(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЭНЫ 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10 Кумэны</b> <small>хлеб пшеничный 0,45 документа, сыр п-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	19-00
230	<b>Каша пшеничная молочная жидкая 220/10</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа пшеница шлифованная, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	39-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумэны</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-492, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-72	67-00
<b>Итого за день</b>		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"

22.04.2024

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты (новый урожай) 100</b> <small>капуста, морковь, сахар-песок, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	21-00
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
100	<b>Тефтели мясные 100</b> <small>мясо свиным 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	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	<b>Соус томатный</b> <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-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	<b>Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) 200</b> <small>сахар-песок, изюм, кислота лимонная</small>	Калорийность-78, Углеводы-14	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумэны</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Кумэны</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-949, Белки-29, Жиры-36, Углеводы-117	138-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-949, Белки-29, Жиры-36, Углеводы-117	138-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

22.04.2024