

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

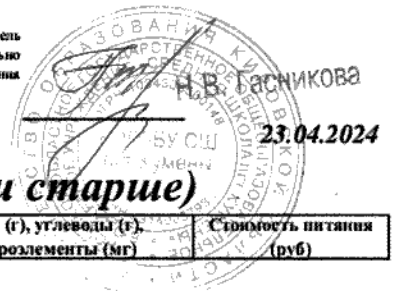
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Биточки рубленые из птицы 90 г <i>мясо цб 1 категории (срудка), хлеб пшеничный 0,5 буханка, лук репчатый, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-228, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-9	49-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <i>крупа рисовая, соль йодированная с повышенным 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-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумыны	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	Хлеб пшеничный / Кумыны	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-635, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-88	85-00
Итого за день		Калорийность-635, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-88	85-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

ООО "Русский торговый дом"

**(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	Винегрет овощной с зеленым горошком 100 <i>картофель, свекла, огурцы консервированные, капуста, морковь, горошек зеленый консервы, лук репчатый, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с повышенным содержанием натрия, кислота лимонная</i>	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-8	22-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <i>картофель, макаронные изделия клочья (вермишель), морковь, лук репчатый, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
100	Куры запеченные (голень) 100 <i>мясо цб 1 категории кусковое (голень), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</i>	Калорийность-305, Белки-24, Жиры-23	82-00
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	Напиток лимонный 200 <i>сахар-песок, лимон</i>	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
30	Хлеб пшеничный / Кумыны	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумыны	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-1 004, Белки-52, Жиры-35, Углеводы-117	155-00
Итого за день		Калорийность-1 004, Белки-52, Жиры-35, Углеводы-117	155-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения