

**(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)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с сыром 30/10 Кумены</b> <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, сыр н-твердый детский</small>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	19-00
240	<b>Каша рисовая молочная жидкая 235/5</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	39-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b> <small>яблони, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-370, Углеводы-141	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-818, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-212	<b>67-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-818, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-212	<b>67-00</b>

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

08.05.2024

**(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)
<b>Обед</b>			
30	<b>Горошек зеленый (гарнировка) 30</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250</b> <small>картофель, макаронные изделия ленточные (армированные), морковь, лук репчатый, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	23-00
100	<b>Котлеты рубленые Мясные 100</b> <small>мясо цб 1 категории (грудинка), лук репчатый, мясо свинины замороженное, хлеб пшеничный 0,5 /тостанка, сухари панировочные, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	62-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
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 / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Кумены</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-784, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-99	<b>138-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-784, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-99	<b>138-00</b>

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

