

(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 Кумены <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, повидло</small>	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	19-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <small>молочко ультрапастеризованное обезжиренное в шид унак, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	39-00
200	Чай с сахаром витаминизированный <small>сахар-песок, чай черный, мята сушеная</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	Фрукты свежие шт	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	=
Итого за Завтрак		Калорийность-737, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-123	67-00
Итого за день		Калорийность-737, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-123	67-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

15.05.2024

(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с огурцом 100 (новый урожай) <small>капуста, огурцы, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	19-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <small>картофель, макаронные изделия ленточные (вермишель), 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	Тефтели мясные 100 <small>мясо свинины 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	Пюре гороховое 150 <small>горох колотый, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	11-00
30	Соус томатный <small>томат-паста, морковь, масло сливочное обезжиренное, 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	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) <small>изюм, сахар-песок, кислота лимонная</small>	Калорийность-136, Углеводы-33	10-00
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-1 043, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-135	133-00
Итого за день		Калорийность-1 043, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-135	133-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

15.05.2024