

(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	Котлеты рубленые Особые 90 <i>мясо цб 1 категории (срубка), мясо свиным замороженное, хлеб пшеничный 0,5 буханка, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-174, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-7	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный <i>томат-паста, морковь, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная вс 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, лимон, чай черный</i>	Калорийность-44, 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
200	Яблоки свежие шт <i>бублики из муки вс обогащенная дп "любимая" заморож., меликс постеризованный, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	=
Итого за Завтрак		Калорийность-641, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-96	87-00
Итого за день		Калорийность-641, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-96	87-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

16.05.2024

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
30	Огурцы свежие (гарнировка) 30	Калорийность-4, Углеводы-1	10-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории кузовое (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
240	Жаркое по-домашнему (свинина) 240 <i>картофель, мясо свинины замороженное, лук репчатый, масло подсолнечное дп, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, лист лавровый</i>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	80-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <i>яблоки, сахар-песок</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	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-810, Белки-33, Жиры-38, Углеводы-84	132-00
Итого за день		Калорийность-810, Белки-33, Жиры-38, Углеводы-84	132-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

