

## КОГОбУ СШ пгт. Кумёны ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Хлеб с маслом 30/10 (№ рецептуры 181)</b> <i>хлеб пшеничный, масло сливочное обезжиренное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	14-40
250	<b>Каши пшеничная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36)</b> <i>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, крупа пшеница шлифованная, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-288, Бел-9, Жир-9, Угл-43, А-50, С-1, Са-143, Mg-57, Fe-2	27-22
200	<b>Какао с молоком (№ рецептуры 83)</b> <i>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в вид упаковки, сахар-песок, какао-порошок обезжиренный от</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-20, С-6, Са-143, Mg-15	19-78
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
520	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-674, Бел-16, Жир-21, Угл-101, А-129, С-7, Са-301, Mg-92, Fe-4	64-40
<b>Обед</b>			
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78)</b> <i>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное от</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
100	<b>Нагетсы куриные 100 (№ рецептуры 260)</b> <i>крупа цыплят-бройлеров I категории замороженные, сухари панировочные, яйцо столовое, мука пшеничная в/с обезжиренная, масло подсолнечное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16, А-29, С-1, Е-3, Са-24, Mg-22, Fe-2	61-30
180	<b>Каши рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183)</b> <i>крупа рисовая, масло подсолнечное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-347, Бел-4, Жир-17, Угл-45, А-71, Е-3, Са-16, Mg-32, Fe-1	17-95
30	<b>Соус красный основной (№ рецептуры 86)</b> <i>морковь, мука пшеничная в/с обезжиренная, томат-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	<b>Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01)</b> <i>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	8-77
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
920	<b>Итого за Обед</b>	кКал-1172, Бел-51, Жир-51, Угл-134, А-148, С-20, Е-11, Са-141, Mg-119, Fe-7	109-92
	<b>Итого за день</b>	кКал-1172, Бел-51, Жир-51, Угл-134, А-148, С-20, Е-11, Са-141, Mg-119, Fe-7	174-32

ООО Русский торговый дом

16.03.2023

## КОГОбУ СШ пгт. Кумёны МАЛООБЕСПЕЧЕННЫЕ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость
<b>Обед</b>			
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78)</b> <i>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров I категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
180	<b>Каши рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183)</b> <i>крупа рисовая, масло подсолнечное от, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-347, Бел-4, Жир-17, Угл-45, А-71, Е-3, Са-16, Mg-32, Fe-1	17-95
30	<b>Соус красный основной (№ рецептуры 86)</b> <i>морковь, мука пшеничная в/с обезжиренная, томат-паста, масло сливочное обезжиренное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	<b>Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01)</b> <i>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	8-77
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
	<b>Итого за Обед</b>		45-62


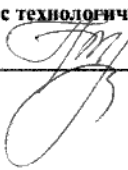
Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами  С.А.АрдашеваДиректор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны  Н.В.Гасникова

**КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 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>Хлеб с маслом 30/10 (№ рецептуры 181)</b> <i>хлеб пшеничный, масло сливочное облепиченное</i>	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	14-40
250	<b>Каша пиенная молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 36)</b> <i>молоко ультрапастеризованное облепиченное в шд утпак, крупа пшено шлифованное, сахар-песок, масло сливочное облепиченное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-288, Бел-9, Жир-9, Угл-43, А-50, С-1, Са-143, Mg-57, Fe-2	27-22
200	<b>Какао с молоком (№ рецептуры 83)</b> <i>молоко ультрапастеризованное облепиченное в шд утпак, сахар-песок, какао-порошок облепиченный шд</i>	кКал-158, Бел-3, Жир-3, Угл-29, А-30, С-6, Са-143, Mg-15	19-78
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
200	<b>Яблоки (шт.) (№ рецептуры 23)</b>	кКал-104, Бел-1, Жир-1, Угл-28, С-20, Са-32, Mg-18, Fe-4	=
720	<b>Итого за Завтрак</b>	кКал-778, Бел-17, Жир-22, Угл-129, А-129, С-27, Са-333, Mg-110, Fe-8	64-40
	<b>Итого за день</b>	кКал-778, Бел-17, Жир-22, Угл-129, А-129, С-27, Са-333, Mg-110, Fe-8	64-40

**КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 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 Стенной (№ рецептуры 40)</b> <i>картофель, морковь, огурцы консервированные, лук репчатый, зеленый горошек, масло подсолнечное шд, сахар-песок, кислота лимонная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-80, Бел-2, Жир-4, Угл-9, С-10, Е-2, Са-22, Mg-21, Fe-1	26-96
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78)</b> <i>картофель, макаронные изделия, мясо мякоть-бройлеров 1 категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное шд</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
100	<b>Наггетсы куриные 100 (№ рецептуры 260)</b> <i>грудка мякоть-бройлеров 1 категории замороженная, сухари панировочные, яйцо столовое, мука пшеничная в/с облепиченная, масло подсолнечное шд, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-305, Бел-17, Жир-20, Угл-16, А-29, С-1, Е-3, Са-24, Mg-22, Fe-2	61-30
180	<b>Каша рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183)</b> <i>крупа рисовая, масло подсолнечное шд, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-347, Бел-4, Жир-17, Угл-45, А-71, Е-3, Са-16, Mg-32, Fe-1	17-95
30	<b>Соус красный основной (№ рецептуры 86)</b> <i>морковь, мука пшеничная в/с облепиченная, томат-паста, масло сливочное облепиченное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	<b>Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01)</b> <i>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	8-77
30	<b>Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)</b>	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	<b>хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)</b>	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
920	<b>Итого за Обед</b>	кКал-1172, Бел-32, Жир-51, Угл-134, А-148, С-20, Е-11, Са-141, Mg-119, Fe-7	136-88
	<b>Итого за день</b>	кКал-1172, Бел-32, Жир-51, Угл-134, А-148, С-20, Е-11, Са-141, Mg-119, Fe-7	136-88

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами  С.А.АрдашеваДиректор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны  Н.В.Гасникова