


КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Запеканка из творога 50/10 (№ рецептуры 366)	кКал-159, Бел-10, Жир-7, Угл-14, А-43, Са-168, Mg-16	36-23
<i>творог, молоко сгущенное, крупа манная, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15%, масло сливочное обогащенное, яйцо столовое</i>			
250	Каша ячневая молочная с маслом сливочным 250 (№ рецептуры 62)	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42, А-50, С-1, Е-1, Са-170, Mg-40, Fe-1	22-91
<i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164)	кКал-122, Бел-2, Жир-2, Угл-25, А-10, С-11, Са-69, Mg-9	13-49
<i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный дп</i>			
200	Сок фруктовый		
540	Итого за Завтрак	кКал-638, Бел-22, Жир-17, Угл-95, А-103, С-12, Е-1, Са-354, Mg- 75, Fe-2	75-63
	Итого за день	кКал-638, Бел-22, Жир-17, Угл-95, А-103, С-12, Е-1, Са-354, Mg- 75, Fe-2	75-63

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость * питания (руб)
Обед			
100	Салат из свеклы с сыром (№ рецептуры 240)	кКал-234, Бел-5, Жир-21, Угл-6, С-7, Е-7, Са-191, Mg-22, Fe-1	32-77
<i>свекла, сыр п-твердый детский, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78)	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe- 1	13-85
<i>картофель, макароны гр.а, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</i>			
100	Котлета Мясная (№ рецептуры 235)	кКал-215, Бел-12, Жир-10, Угл-19, А-5, С-9, Е-2, Са-92, Mg-42, Fe-2	66-00
<i>грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженные, свинина, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>			
180	Каша рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183)	кКал-347, Бел-4, Жир-17, Угл-45, А-71, Е-3, Са-16, Mg-32, Fe-1	17-95
<i>крупа рисовая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>			
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86)	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
<i>морковь, мука пшеничная вс обогащенная, томат-паста, масло сливочное обогащенное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>			
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16)	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
<i>сахар-песок, чай черный</i>			
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
920	Итого за Обед	кКал-1 221, Бел-30, Жир-58, Угл-130, А-125, С-25, Е-15, Са-378, Mg-141, Fe-8	143-06
	Итого за день	кКал-1 221, Бел-30, Жир-58, Угл-130, А-125, С-25, Е-15, Са-378, Mg-141, Fe-8	143-06

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

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Запеканка из творога 50/10 (№ рецептуры 366) <small>творог, молоко сгущенное, крупа манная, сахар-песок, сухари панировочные, сметана 15%, масло сливочное обогатненное, яйцо столовое</small>	кКал-159, Бел-14, Жир-7, Угл-14, А-43, Са-108, Mg-16	36-23
250	Каша ячневая молочная с маслом сливочным 250 (№ рецептуры 62) <small>молоко ультрапастеризованное обогатненное в инд уткн, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-274, Бел-8, Жир-8, Угл-42, А-50, С-1, Е-1, Са-178, Mg-48, Fe-1	22-91
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное обогатненное в инд уткн, сахар-песок, кофейный напиток обогатненный дп</small>	кКал-122, Бел-2, Жир-2, Угл-25, А-10, С-11, Са-69, Mg-9	13-49
540	Итого за Завтрак	кКал-638, Бел-22, Жир-17, Угл-95, А-103, С-12, F-1, Са-354, Mg-75, Fe-1	75-63
Обед			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <small>картофель, макароны эрл, мясо фризл-бройлеров I категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</small>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
100	Котлета Мясная (№ рецептуры 235) <small>грудка фризл-бройлеров I категории замороженное, свиная, молоко ультрапастеризованное обогатненное в инд уткн, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-215, Бел-12, Жир-10, Угл-19, А-5, С-9, Е-2, Са-92, Mg-42, Fe-2	66-00
180	Каша рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183) <small>крупа рисовая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-347, Бел-4, Жир-17, Угл-45, А-71, Е-3, Са-16, Mg-32, Fe-1	17-95
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в/с обогатненная, томат паста, масло сливочное обогатненное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
920	Итого за Обед		110-29
	Итого за день		185-92

ООО Русский торговый дом

07.02.2023

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны МАЛООБЕСПЕЧЕННЫЕ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)	Стоимость питания
Обед			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (№ рецептуры 78) <small>картофель, макароны эрл, мясо фризл-бройлеров I категории тушка, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп</small>	кКал-203, Бел-5, Жир-9, Угл-17, А-42, С-8, Е-3, Са-48, Mg-18, Fe-1	13-85
180	Каша рисовая рассыпчатая л (№ рецептуры 183) <small>крупа рисовая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-347, Бел-4, Жир-17, Угл-45, А-71, Е-3, Са-16, Mg-32, Fe-1	17-95
30	Соус красный основной (№ рецептуры 86) <small>морковь, мука пшеничная в/с обогатненная, томат паста, масло сливочное обогатненное, лук репчатый, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-17, Жир-1, Угл-2, А-6, С-1, Са-3, Mg-2	2-66
200	Чай с сахаром (№ рецептуры 16) <small>сахар-песок, чай черный</small>	кКал-61, Угл-15, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
	Итого за Обед		41-29

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