

(Меню 5-11 класс КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНИ)

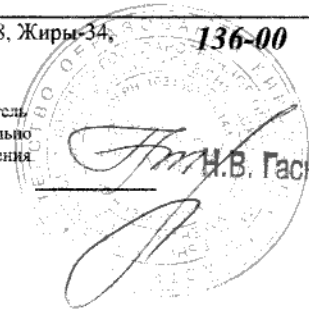
Выход (г)	Наименование блюда	зи. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из свежей капусты, помидоров к 100 <i>капуста, помидоры, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, сахар-песок, кислота лимонная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-5	23-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <i>картофель, макаронные изделия яичные (вермишель), морковь, лук репчатый, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
120	Тефтели мясные с рисом 80/40 <i>мясо свинины замороженное, лук репчатый, мука пшеничная в/с обогащенная, крупа рисовая, масло подсолнечное дп, томат-паста, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-257, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-13	50-00
150	Картофельное пюре 150 <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) <i>изюм, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Калорийность-136, Углеводы-33	10-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Пиццевик	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-928, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-123	136-00
Итого за день		Калорийность-928, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-123	136-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар



Руководитель
образовательного
учреждения



Н.В. Гасникова

(Меню 1-4 кл КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНИ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброд с сыром 30/10 <i>хлеб пшеничный 1с обогащенный дп формовой, сыр п-твердый детский</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	13-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак. крупа ячневая, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	36-00
200	Чай с сахаром витаминизированный <i>сахар-песок, чай черный, мята сушеная</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	4-00
30	Хлеб пшеничный / Пиццевик	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-564, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-92	56-00
Итого за день		Калорийность-564, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-92	56-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар



Руководитель
образовательного
учреждения

