

(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			
90	Наггетсы куриные 90 <small>мясо цб 1 категории (филе), сахарн патированные, мука пшеничная вс обогащенная, масло подсолнечное дп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	60-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд умах, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумыны	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
30	Хлеб пшеничный / Кумыны	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-617, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-63	98-00
Итого за день		Калорийность-617, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-63	98-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

01.12.2023

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из свеклы с растительным маслом 100 <small>свекла, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8	16-00
250	Рассольник Ленинградский 250 <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана 15%, лук репчатый, крупа перловая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17	25-00
100	Котлеты рубленые Мясные 100 <small>мясо цб 1 категории (филе), лук репчатый, мясо свиное замороженное, хлеб пшеничный 0,5 (выпечки), сахарн патированные, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <small>крупа рисовая, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
30	Соус томатный <small>паста-томат, морковь, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная вс обогащенная, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</small>	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумыны	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумыны	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-909, Белки-26, Жиры-36, Углеводы-116	140-00
Итого за день		Калорийность-909, Белки-26, Жиры-36, Углеводы-116	140-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения