

**(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)
<b>Завтрак</b>			
50	<b>Бутерброд с повидлом 30/20 Кумены</b> <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, повидло</small>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
230	<b>Макаронные изделия с тертым сыром 230</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	44-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-590, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-87	<b>68-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-590, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-87	<b>68-00</b>
Блюда при отомены в соответствии с тех.картами		Старший повар	Руководитель образовательного учреждения

**(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)
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы 100</b> <small>капуста, морковь, кукуруза консервированная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-148, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-16	29-00
250	<b>Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250</b> <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории кусковые (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	26-00
100	<b>Котлеты рубленые Особые 100</b> <small>мясо цб 1 категории (грудка), мясо свиное замороженное, хлеб пшеничный 1с обогатненный дп формовой, сухари панировочные, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-304, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-18	64-00
150	<b>Изделия макаронные отварные 150</b> <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогатненное</small>	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-37	13-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар-песок чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Кумены</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-952, Белки-34, Жиры-35, Углеводы-121	<b>144-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-952, Белки-34, Жиры-35, Углеводы-121	<b>144-00</b>
Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами		Старший повар	Руководитель образовательного учреждения

