

**(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНИ 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> <i>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, повидло</i>	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	15-00
230	<b>Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10</b> <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в вид упаковки, крупа ячневая, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	39-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Пиццевик</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	3-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-576, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-98	62-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-576, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-98	62-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

**(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНИ 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 "Студенческий" 100</b> <i>картофель, морковь, горошек зеленый консервы, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-1 075, Белки-78, Жиры-79, Углеводы-13	29-00
250	<b>Борщ с капустой и картофелем 240/10</b> <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло подсолнечное дп, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	23-00
240	<b>Жаркое по-домашнему (свинина) 240</b> <i>картофель, мясо свинины замороженное, лук репчатый, масло подсолнечное дп, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, лист лавровый</i>	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	80-00
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	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-1 865, Белки-110, Жиры-117, Углеводы-90	144-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 865, Белки-110, Жиры-117, Углеводы-90	144-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

