

(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)
Завтрак			
90	Котлеты рубленые Особые 90 <small>месо цб 1 категории (свинца), месо свиной заморозенное, хлеб пшеничный 1с обогащенный дн фаршовой, сахара панировочные, месо подсолнечное дн, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-274, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-16	60-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, месо сливочное обогащенное</small>	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-37	13-00
30	Соус томатный <small>томат-паста, морковь, месо сливочное обогащенное, мука пшеничная вс обогащенная, лук репчатый, месо подсолнечное дн, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</small>	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар-песок, лимон, чай черный</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-679, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-92	93-00
Итого за день		Калорийность-679, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-92	93-00
Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами		Старший повар	Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

28.12.2023

(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНИ 12лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из свеклы с растительным маслом 100 <small>свекла, месо подсолнечное дн, 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, месо подсолнечное дн, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17	25-00
100	Котлеты рубленые Мясные 100 <small>месо цб 1 категории (свинца), лук репчатый, месо свиной заморозенное, хлеб пшеничный 0,5 /пшеника, сахара панировочные, месо диетическое, месо подсолнечное дн, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	65-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <small>крупа рисовая, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, месо сливочное обогащенное</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
30	Соус томатный <small>томат-паста, морковь, месо сливочное обогащенное, мука пшеничная вс обогащенная, лук репчатый, месо подсолнечное дн, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</small>	Калорийность-25, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Напиток лимонный 200 <small>сахар-песок, лимон</small>	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-971, Белки-26, Жиры-36, Углеводы-131	149-00
Итого за день		Калорийность-971, Белки-26, Жиры-36, Углеводы-131	149-00
Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами		Старший повар	Руководитель образовательного учреждения

