

**(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>			
40	<b>Бутерброд с маслом 30/10 Кумены</b> <i>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	19-00
240	<b>Каша рисовая молочная жидкая 235/5</b> <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд унас, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	37-00
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-493, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	<b>68-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-493, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	<b>68-00</b>

Блюда приготовлены 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>			
30	<b>Горошек зеленый (гарнировка) 30</b>	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	<b>Суп картофельный с бобовыми 250</b> <i>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-168, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-20	21-00
100	<b>Котлеты рубленые Мясные 100</b> <i>мясо из 1 категории (грудка), лук репчатый, мясо свиное заморозное, хлеб пшеничный 0,5 /тканка, сахар пшеничный, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	62-00
150	<b>Картофельное пюре 150</b> <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шд унас, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	26-00
200	<b>Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) 200</b> <i>сахар-песок, лимонная кислота</i>	Калорийность-136, Углеводы-33	10-00
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-869, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-117	<b>138-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-869, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-117	<b>138-00</b>

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

