

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	из. прот. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витаминизация (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Омлет натуральный 50 пюре картофельное, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в кол. увар, масло сливочное обезжиренное, соль	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронные изделия в форме трубочек, сыр н-тертый детский, масло сливочное обезжиренное, соль	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с сахаром 200 сахар-песок (сахар), чай, кг (выпечка)	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	Сок фруктовый 0,2 яблони, сахар-песок, лимонная кислота	Калорийность-370, Углеводы-141	30-00
Итого за Завтрак		Калорийность-966, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-213	81-00
Итого за день		Калорийность-966, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-213	81-00

Бюджет
приготовления
и транспортировки
с таройСторонний
подписьРуководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский народный дом"

17.02.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	из. прот. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витаминизация (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
30	Горошек зеленый (гарнировка) 30 Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста свежая (капуста), картофель очищенный (картофель), морковь очищенная (морковь), лук очищенный (лук), сметана 10%, кефир (кефир), масло сливочное (масло), масло растительное (масло), соль	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	Макаронные изделия с тертым сыром 250 макаронные изделия в форме трубочек, сыр н-тертый детский, масло сливочное обезжиренное, соль	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
120	Тфтели 120г(цех) фарш (фарш), макароны (макароны), лук (лук)	Калорийность-117, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7	66-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия в форме трубочек, соль	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный помидоры (помидоры), лук (лук), чеснок (чеснок), масло сливочное (масло), масло растительное (масло), соль	Калорийность-34, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар-песок (сахар), чай, кг (выпечка)	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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-624, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-91	130-00
Итого за день		Калорийность-624, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-91	130-00

Бюджет
приготовления
и транспортировки
с таройСторонний
подписьРуководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	м. прот. (ккал), белки (г), углеводы (г), жир (г)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (оценка)			
50	Омлет натуральный 50 яйцо вареное, молоко, сахар, сливочное масло, соль	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронные изделия, сыр, сливочное масло, соль	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с сахаром 200 сахар, чай, молоко	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (оценка)		Калорийность-594, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-72	81-00
Обед (оценка)			
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста свежая, картофель, морковь, лук, куриный бульон, сливочное масло, соль	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
120	Тефтели 120г(цех) фарш, капуста, лук, морковь, соль	Калорийность-117, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7	66-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия, соль	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный томатная паста, лук, морковь, чеснок, сливочное масло, соль	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар, чай, молоко	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанопшеничный / Кумы	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед (оценка)		Калорийность-617, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-90	118-00
Итого за день		Калорийность-1213, Белки-41, Жиры-43, Углеводы-162	199-00

ODD "Peculiar" ~~XXXXXXXXXX~~ day"

17.02.2025

(КОГОВУ СШ пгт КУМЭНЫ (только 37руб.))

Выход (г)	Наименование блюда	ж. белк. (г/мг), белок (г), углеводы (г), пищевые (мг), жиры животного (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед (только 37руб.)		
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста квашенная (капуста), картофель очищенный (картофель), морковь очищенная (морковь), лук очищенный (лук), сметана 10% ж. к (сметана), масло сливочное (масло), масло подсолнечное, к (масло), соль поваренная мел. (соль)	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
200	Чай с сахаром 200 сахар бел. (сахар), чай, к (чай)	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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 (только 37руб.)	Калорийность-282, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46	35-00
	Итого за день	Калорийность-282, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46	35-00

ООО "Роснефть сервис див"

17.02.2025

(КОГОВУ СШ *изм* КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	м. бел. (г/ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), минералы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<u>Завтрак (СВО)</u>		
50	Омлет натуральный 50 яйца белоческие, молоко ультрапастеризованное обезжиренное и 10% жира, масло сливочное обезжиренное, соевый белок/растительное с подсолнечным маслом/масло натураль. масло подсолнечное для	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронные изделия в форме трубки, сыр-твердый дольчатый, масло сливочное обезжиренное, масло подсолнечное с подсолнечным маслом/масло натураль	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с сахаром 200 чай (зеленый), чай, сахар (порошок)	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кукурузы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
	Итого за Завтрак (СВО)	Калорийность-595, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-72	81-00
	Итого за день	Калорийность-595, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-72	81-00

Н. В. Гасникова
