

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 Кумены хлеб пшеничный 0.43 Кумены, повидло	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 кашлю ячневую пшеничную обработанную и высушенную, крупу ячневую, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль без йодирования с антиоксидантами содержания натрия	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	31-00
200	Чай с сахаром 200 сахар-песок, вода, чай (зеленый)	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (овз+инв.)			55-00
Обед (овз+инв.)			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 картофель очищенный (пюре), макаронно-перловая смесь (пюре), морковь очищенная (пюре), лук очищенный (пюре), мясо куриное (филе), куриный бульон, масло подсолнечное, яйца (пюре), соль без йодирования (пюре)	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
240	Жаркое по-домашнему (свинина) 240 картофель очищенный (пюре), свинина, рубленый картофель (пюре), лук очищенный (пюре), масло подсолнечное, и петрушка, подсолнечное масло, яйца (пюре), соль без йодирования (пюре)	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	76-00
200	Чай с сахаром 200 сахар-песок, вода, чай (зеленый)	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 (овз+инв.)			109-00
Итого за день			164-00

Кто из
орг. составил
соответствие
с тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский портовый дом"

19.02.2025

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

Выход (г)	Наименование блюда	эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед (только 37руб.)			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 картофель очищенный (пюре), макаронно-перловая смесь (пюре), морковь очищенная (пюре), лук очищенный (пюре), мясо куриное (филе), куриный бульон, масло подсолнечное, яйца (пюре), соль без йодирования (пюре)	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
200	Чай с сахаром 200 сахар-песок, вода, чай (зеленый)	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.)			33-00
Итого за день			33-00

Кто из
орг. составил
соответствие
с тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский портовый дом"

19.02.2025

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 Кумены хлеб пшеничный 0.43 Кумены, повидло	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 кашлю ячневую пшеничную обработанную и высушенную, крупу ячневую, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль без йодирования с антиоксидантами содержания натрия	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	31-00
200	Чай с сахаром 200 сахар-песок, вода, чай (зеленый)	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (СВО)			55-00
Итого за день			55-00

Кто из
орг. составил
соответствие
с тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. щем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 Кумены сдобный, с повидлом, маслом	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	15-00
230	Каши ячневая молочная рассыпчатая 220/10 каши ячневая молочная рассыпчатая, масло сливочное, сахар, ванилин	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	31-00
200	Чай с сахаром 200 сахар, вода, чай	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-666, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-108	55-00
Итого за день		Калорийность-666, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-108	55-00

Бланк
приложения к
составлению
меню

Старший повар

Утверждено
обязательно
по учреждению

Н.В. Гасникова

ООО "Русский народный дом"

19.02.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. щем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
105	Салат из квашеной капусты 105 капуста квашеная, масло подсолнечное, соль (по вкусу)	Калорийность-101, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-3	30-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 картофель очищенный (вымытый), макароны-перья, лук, морковь, куриный бульон, соль, перец, зелень, майонез, масло подсолнечное, сметана, сыр (по вкусу)	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
240	Жаркое по-домашнему (свинина) 240 картофель очищенный (вымытый), фарш свиной из свинины (вымытый), лук очищенный (вымытый), масло подсолнечное, соль, перец, зелень, майонез, сметана, сыр (по вкусу)	Калорийность-502, Белки-26, Жиры-32, Углеводы-27	76-00
200	Чай с сахаром 200 сахар, вода, 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		Калорийность-919, Белки-37, Жиры-45, Углеводы-88	139-00
Итого за день		Калорийность-919, Белки-37, Жиры-45, Углеводы-88	139-00

Бланк
приложения к
составлению
меню

Старший повар

Утверждено
обязательно
по учреждению

Н.В. Гасникова

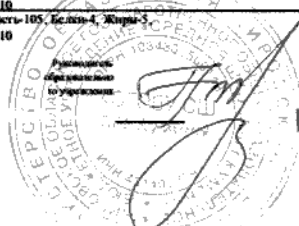
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микронутриенты (мг)	Стоимость питания (руб)
150	Капуста жареная капуста, лук репчатый, масло сливочное рафинированное с добавлением витамина Е, соль поваренная каменная	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-10	—
110	Куриное филе с шампиньонами /Кумены филе куриное охлажденное 70%, лук репчатый (печеный), шампиньоны замороженные с/с (заморож.), сыр слив. (шампиньоны), майонез, соевый соус, специи, соль поваренная каменная, перец черный молотый	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-10	73-00
Итого за			73-00
Итого за день			73-00

Контроль
качества и
соответствия
тех. картине

Стороной кухни

С

Руководитель
обслуживания
по телефону



Н.В. Гасникова