

(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)
Завтрак			
50	Омлет натуральный 50 <i>яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дп</i>	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд.упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	35-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-466, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-62	69-00
Итого за день		Калорийность-466, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-62	69-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

24.10.2024

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком 100 <i>капуста, горошек зеленый консервы, лук репчатый, масло подсолнечное дп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-123, Белки-53, Жиры-54, Углеводы-8	21-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>свекла очищенная, капуста очищенная, картофель очищенный, морковь очищенная, лук репчатый очищенный, сметана 15%, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
90	Биточки пикантные УУ (шюв) <i>биточки пикантные (шкаты), масло подсолнечное, кг (шкаты)</i>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Пюре гороховое 150 <i>горох катаный, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <i>яблоки, сахар-песок</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	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-1 271, Белки-113, Жиры-106, Углеводы-117	130-00
Итого за день		Калорийность-1 271, Белки-113, Жиры-106, Углеводы-117	130-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова

***Индивидуальное меню**

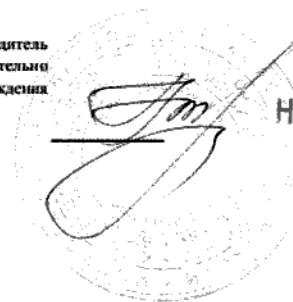
90	Шницель (цех) 90 <i>масло подсолнечное, кг (школы), шницель из свинины (школы)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	=
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	=
200	*Чай без сахара <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	=
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	=
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	=
Итого за *Индивидуальное меню		Калорийность-625, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-84	=
Итого за день		Калорийность-787, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-90	

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

А

Руководитель
образовательного
учреждения



Н.В. Гасникова