

| Выход<br>(г)         | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                          | эм. деп. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>жиры (г), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 90                   | <b>Рыба жареная в яйце<br/>/Кумены</b><br><small>филе из рыбы, мука пшеничная высшего сорта, соль, перец черный молотый, масло растительное рафинированное, лук репчатый, чеснок, майонез, соус соевый, уксус, лимонный сок, специи</small> | Калорийность-249, Белки-18, Жиры-10,<br>Углеводы-21                       | 72-00                   |
| 100                  | <b>Салат Сюрприз</b><br><small>курица, яйца, сыр, морковь, капуста, огурцы, помидоры, лук, майонез, специи</small>                                                                                                                          | Калорийность-180, Белки-9, Жиры-5,<br>Углеводы-24                         | 42-00                   |
| <b>Итого за</b>      |                                                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-429, Белки-27, Жиры-15,<br>Углеводы-45                       | 114-00                  |
| <b>Итого за день</b> |                                                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-429, Белки-27, Жиры-15,<br>Углеводы-45                       | 114-00                  |

Бланк  
приложения к  
составлению  
меню

Сторонний эксперт

9

Руководитель  
образовательного  
учреждения

Н.В. Гасникова



## (КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

| Выход (г)               | Наименование блюда                                                                                                                                   | эн. цен. (кажи), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак</b>          |                                                                                                                                                      |                                                                        |                         |
| 90                      | <b>Виточки Пикантные 90</b><br>(нов)<br><small>бисквит с начинкой (шоколад), масло сливочное, из фруктов</small>                                     | Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7                        | 53-00                   |
| 150                     | <b>Картофельное пюре 150</b><br><small>картофель очищенный (пюре), молоко, из фруктов, масло сливочное, из фруктов, соль йодированная (пюре)</small> | Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24                         | 24-00                   |
| 200                     | <b>Чай с сахаром 200</b><br><small>сахар (чай), чай (чай)</small>                                                                                    | Калорийность-41, Углеводы-10                                           | 5-00                    |
| 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 Завтрак</b> |                                                                                                                                                      | Калорийность-683, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-68                       | 89-00                   |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                                                                                                      | Калорийность-683, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-68                       | 89-00                   |

Итого  
при оплате в  
соответствии с  
тех. картой

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

Н.В. Гасникова

25.02.2025

## (КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

| Выход (г)            | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                               | эн. цен. (кажи), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Обед</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                        |                         |
| 60                   | <b>Капуста морская (гарнировка) 30</b>                                                                                                                                                                                                                                                           | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2                                   | 32-00                   |
| 250                  | <b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250</b><br><small>картофель очищенный (пюре), макароны-через решетку (суп), морковь очищенная (пюре), лук очищенный (суп), масло сливочное, зелень петрушки (пюре), молоко сливочное, из фруктов, соль йодированная (суп)</small> | Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21                         | 21-00                   |
| 90                   | <b>Виточки Пикантные 90</b><br>(нов)<br><small>бисквит с начинкой (шоколад), масло сливочное, из фруктов</small>                                                                                                                                                                                 | Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7                        | 53-00                   |
| 150                  | <b>Картофельное пюре 150</b><br><small>картофель очищенный (пюре), молоко, из фруктов, масло сливочное, из фруктов, соль йодированная (пюре)</small>                                                                                                                                             | Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24                         | 24-00                   |
| 200                  | <b>Чай с лимоном и сахаром</b><br><small>сахар (чай), лимон (чай), чай (чай)</small>                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-44, Углеводы-10                                           | 8-00                    |
| 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-841, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-91                       | 145-00                  |
| <b>Итого за день</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Калорийность-841, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-91                       | 145-00                  |

Итого  
при оплате в  
соответствии с  
тех. картой

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

Н.В. Гасникова

## (КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

| Выход (г)                          | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                         | эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак (овз+инв.)</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        |                         |
| 90                                 | <b>Виточки иикантные УО</b><br>(инв)                                                                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7                        | 53-00                   |
| 150                                | <b>Картофельное пюре 150</b><br>картофель очищенный (пюре), молоко, из сливок, масло сливочное, из сливок, соль йодированная (пюре)                                                                                                                                                        | Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24                         | 24-00                   |
| 200                                | <b>Чай с сахаром 200</b><br>сахар (инв), чай (инв)                                                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-41, Углеводы-10                                           | 5-00                    |
| 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 Завтрак (овз+инв.)</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        | 89-00                   |
| <b>Обед (овз+инв.)</b>             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        |                         |
| 250                                | <b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250</b><br>картофель очищенный (пюре), макаронно-перловая каша (пюре), морковь очищенная (пюре), лук очищенный (пюре), масло из сливок, молоко, из сливок (пюре), мясо из мяса свинины, из сливок, соль йодированная (пюре) | Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21                         | 21-00                   |
| 200                                | <b>Чай с лимоном и сахаром</b><br>сахар (инв), чай (инв), лимон (инв)                                                                                                                                                                                                                      | Калорийность-44, Углеводы-10                                           | 8-00                    |
| 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 (овз+инв.)</b>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        | 36-00                   |
| <b>Итого за день</b>               |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        | 125-00                  |

Блюдо  
приготовлено в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно-  
ного учреждения

Н.В. Гасникова

25.02.2025

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

| Выход (г)                            | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                         | эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Обед (только 37руб.)</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        |                         |
| 250                                  | <b>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250</b><br>картофель очищенный (пюре), макаронно-перловая каша (пюре), морковь очищенная (пюре), лук очищенный (пюре), масло из сливок, молоко, из сливок (пюре), мясо из мяса свинины, из сливок, соль йодированная (пюре) | Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21                         | 21-00                   |
| 200                                  | <b>Чай с лимоном и сахаром</b><br>сахар (инв), чай (инв), лимон (инв)                                                                                                                                                                                                                      | Калорийность-44, Углеводы-10                                           | 8-00                    |
| 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 (только 37руб.)</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        | 36-00                   |
| <b>Итого за день</b>                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                        | 36-00                   |

Блюдо  
приготовлено в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно-  
ного учреждения

Н.В. Гасникова

25.02.2025

## (КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

| Выход (г)                     | Наименование блюда                                                                                                                  | эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Завтрак (СВО)</b>          |                                                                                                                                     |                                                                        |                         |
| 90                            | <b>Виточки иикантные УО</b><br>(инв)                                                                                                | Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7                        | 53-00                   |
| 150                           | <b>Картофельное пюре 150</b><br>картофель очищенный (пюре), молоко, из сливок, масло сливочное, из сливок, соль йодированная (пюре) | Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24                         | 24-00                   |
| 200                           | <b>Чай с сахаром 200</b><br>сахар (инв), чай (инв)                                                                                  | Калорийность-41, Углеводы-10                                           | 5-00                    |
| 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 Завтрак (СВО)</b> |                                                                                                                                     |                                                                        | 89-00                   |
| <b>Итого за день</b>          |                                                                                                                                     |                                                                        | 89-00                   |

Блюдо  
приготовлено в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно-  
ного учреждения

Н.В. Гасникова