

(КОГОбУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	м. деп. (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены <small>сдоб выпечка 0,43 Кумены, масло сливочное безводное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>молоко не жирное, крупа рисовая не вымытая, сахар не белый, масло сливочное не (выпечка) соль добавочная не (выпечка)</small>	Калорийность-254, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-37	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар не белый, лимон не (выпечка), чай не (выпечка)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (овз+инв.)			67-00
Обед (овз+инв.)			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <small>суп из овощей (капуста, свекла) с мясом курицы, картофель очищенный (выпечка), морковь очищенная (выпечка), лук репчатый (выпечка), сметана нежирная, не (выпечка), майонез (выпечка), масло подсолнечное, не (выпечка), перец черный молотый, не (выпечка), соль добавочная не (выпечка)</small>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100(цех) <small>фарш куриный не (выпечка), яйцо куриное, не (выпечка), мука пшеничная не (выпечка), соль добавочная не (выпечка), лук репчатый</small>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 <small>крупа гороховая, масло сливочное безводное, соль добавочная с технологическими добавками</small>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	Напиток лимонный 200 <small>сахар не белый, лимон не (выпечка)</small>	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Обед (овз+инв.)			126-00
Итого за день			193-00

Класс приобщения к общему столу с тех. записью

Старший повар



Н.В. Гасникова

27.02.2025

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

Выход (г)	Наименование блюда	м. деп. (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед (только 37руб.)			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <small>суп из овощей (капуста, свекла) с мясом курицы, картофель очищенный (выпечка), морковь очищенная (выпечка), лук репчатый (выпечка), сметана нежирная, не (выпечка), майонез (выпечка), масло подсолнечное, не (выпечка), перец черный молотый, не (выпечка), соль добавочная не (выпечка)</small>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар не белый, лимон не (выпечка), чай не (выпечка)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-14	3-00
Итого за Обед (только 37руб.)			40-00
Итого за день			40-00

Класс приобщения к общему столу с тех. записью

Старший повар



Н.В. Гасникова

27.02.2025

(КОГОбУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	м. деп. (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены <small>сдоб выпечка 0,43 Кумены, масло сливочное безводное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>молоко не жирное, крупа рисовая не вымытая, сахар не белый, масло сливочное не (выпечка) соль добавочная не (выпечка)</small>	Калорийность-254, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-37	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар не белый, лимон не (выпечка), чай не (выпечка)</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (СВО)			67-00
Итого за день			67-00

Класс приобщения к общему столу с тех. записью

Старший повар



Н.В. Гасникова

(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНИ 7-11 лет)

Выезд (г)	Наименование блюда	эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены <small>клуб «Солнечный В.47» Кумены, место столовой обслуживания</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 <small>место, не чистый, крупяной группы, вареной, с сахаром, с маслом, место столовой обслуживания</small>	Калорийность-254, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-37	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <small>сахар, лимон, витаминны: витамин С, калий, йод, йодиды</small>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за завтрак		Калорийность-493, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-61	67-00

Итого за день Калорийность-493, Белки-15, Жиры-20, Углеводы-61

Блюдо оформлено в соответствии с рецептурой

ООО "Русский персонал див"

Старший повар

Н.В. Гасникова

(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНИ 12 лет и старше)

Выезд (г)	Наименование блюда	эм. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
91	Салат из квашеной капусты с морковью и яблоком <small>квашеная капуста, морковь, яблоко, лук, растительное масло, соль</small>	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-3	30-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <small>картофель, капуста, морковь, свекла, лук, куриный бульон, помидоры, сметана, растительное масло, соль, сахар</small>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100(цех) <small>куриные филейные части, мука, яйцо, растительное масло, соль</small>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 <small>горох, картофель, молоко, растительное масло, соль</small>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-16	12-00
200	Напиток лимонный 200 <small>сахар, лимон, витаминны: витамин С, калий, йод, йодиды</small>	Калорийность-103, Углеводы-25	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-1 010, Белки-42, Жиры-38, Углеводы-106	156-00
Итого за день		Калорийность-1 010, Белки-42, Жиры-38, Углеводы-106	156-00

Блюдо оформлено в соответствии с рецептурой

ООО "Русский персонал див"

Старший повар

Н.В. Гасникова



Выход (г)	Наименование блюда	м. вес (шкал), белки (г), углеводы (г), жиры (г)	Стоимость блюда (руб)
150	Кануста жареная <small>кануста, для роллов, тесто с лимонной обсыпкой, с начинкой из курицы и грибов</small>	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-10	=
90	Бризоль куриная <small>диск из курицы (фуршет), тесто пышное из обсыпки, начинка из курицы и грибов</small>	Калорийность-345, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-10	75-00
Итого за		Калорийность-450, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-20	75-00
Итого за день		Калорийность-450, Белки-23, Жиры-30, Углеводы-20	75-00

Кем
приготовлено
и кем
составлено

Старший повар

Г



Н.В. Гасникова