

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (овз+инв.)</u>			
90	Биточки пикантные УВ <i>(пюре)</i> <i>биточки пикантные (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы)</i>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 <i>картофель очищенный (шкалы), молоко, кг (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	24-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Завтрак (овз+инв.)		Калорийность-671, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-69	89-00
<u>Обед (овз+инв.)</u>			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <i>картофель очищенный (шкалы), макароны-вермишель вес. (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), мясо цб (бедро, голень, тушка) (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед (овз+инв.)		Калорийность-305, Белки-9, Жиры-4, Углеводы-58	36-00
Итого за день		Калорийность-976, Белки-36, Жиры-36, Углеводы-127	125-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения



(КОГОВУ 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			
90	Виточки пикантные 90 <i>(школа)</i> виточки пикантные (школа), масло подсолнечное, кг (школа)	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 <i>(школа)</i> картофель очищенный (школа), молоко, кг (школа), масло сливочное вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	24-00
200	Чай с сахаром 200 <i>(школа)</i> сахар вес. (школа), чай, кг (школа)	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Кумены	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-671, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-69	89-00
Итого за день		Калорийность-671, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-69	89-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

25.03.2025

(КОГОВУ 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			
43	Икра морковная <i>(школа)</i> капуста квашеная, лук очищенный (школа), сахар вес. (школа), масло подсолнечное, кг (школа)	Калорийность-37, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-3	18-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <i>(школа)</i> картофель очищенный (школа), макароны-вермишель вес. (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), мясо цб (бедро, голень, тушка) (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
90	Бифштекс с овощами и сыром <i>(школа)</i> булочка из муки в-с обогащенная дп "любимая" замороз., меланж пастеризованный, масло подсолнечное дп	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	70-00
150	Картофельное пюре 150 <i>(школа)</i> картофель очищенный (школа), молоко, кг (школа), масло сливочное вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-25	24-00
200	Чай с лимоном и сахаром <i>(школа)</i> сахар вес. (школа), лимон вес. (школа), чай, кг (школа)	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Кумены	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	3-00
Итого за Обед		Калорийность-876, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-151	148-00
Итого за день		Калорийность-876, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-151	148-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	--	----------------------------

110 **Куриное филе с ананасами
/Кумены**

73-00

*филе куриное отбивное 70гр, лук очищенный (шкалы), ананасы консервированные, кг (шкалы), сыр вес. (шкалы),
майонез, кг (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)*

Итого за

73-00

Итого за день

73-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар



