

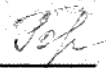
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
90	Бризоль куриная <i>мясо цб I категории (грудка), мука пшеничная высшего обогатенная, масло подсолнечное дп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</i>	Калорийность-345, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-10	75-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогатенное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
100	Салат Сюрприз <i>майонез, мясо цб-I категории (грудка), крабовое мясо замороженное, огурцы, картофель, сыр п-твердый детский, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-180, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-24	42-00
Итого за		Калорийность-719, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-69	129-00
Итого за день		Калорийность-719, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-69	129-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения





(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (овз+инв.)</u>			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены хлеб пшеничный II, 45 /кумены, масло сливочное обогащенное	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 молоко, кг (шкалы), крупа рисовая, вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-254, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-37	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (овз+инв.)		Калорийность-482, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-71	67-00
<u>Обед (овз+инв.)</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 свекла очищенная (шкалы), капуста очищенная (шкалы), картофель очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), сметана вес., кг (шкалы), мясо цб (бедро, голень, тушка) (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), томатная паста, кг (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100(цех) сахар паприковый вес. (шкалы), яйцо куриное, шт. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), наггетсы куриные пф(шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), мука вес. (шкалы)	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 горох колотый, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	Напиток лимонный 200 сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы)	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
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-913, Белки-40, Жиры-30, Углеводы-103	126-00
Итого за день		Калорийность-1395, Белки-58, Жиры-50, Углеводы-174	193-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

[Подпись]

[Подпись]

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед (только 37руб.)			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 свекла очищенная (шкалы), капуста очищенная (шкалы), картофель очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), сметана вес., кг (шкалы), мясо цб (бедро, голень, тушка) (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), томатная паста, кг (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Напиток лимонный 200 сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы)	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
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 (только 37руб.)		Калорийность-350, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-65	44-00
Итого за день		Калорийность-350, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-65	44-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

ООО "Русский торговый дом"

27.03.2025

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены хлеб пшеничный 0,45 /кумены, масло сливочное обогатенное	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 молоко, кг (шкалы), крупа рисовая, вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-254, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-37	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (СВО)		Калорийность-482, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-71	67-00
Итого за день		Калорийность-482, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-71	67-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Бутерброд с маслом 30/10 Кумены хлеб пшеничный 0.45 /кумены, масло сливочное обогащенное	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	Каша рисовая молочная жидкая 235/5 молоко, кг (шкалы), крупа рисовая, вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-254, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-37	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-482, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-71	67-00
Итого за день		Калорийность-482, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-71	67-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

27.03.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из моркови салат из моркови, масло подсолнечное, кг (шкалы)	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	20-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 свекла очищенная (шкалы), капуста очищенная (шкалы), картофель очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), лук очищенный (шкалы), сметана вес., кг (шкалы), мясо цб (бедро, голень, тушка) (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), томатная паста, кг (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100(цех) сухарь панировочный вес. (шкалы), яйцо куриное, шт. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), наггетсы куриные п/ф(шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), мука вес. (шкалы)	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 горох колотый, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	Напиток лимонный 200 сахар вес. (шкалы), лимон вес. (шкалы)	Калорийность-103, Углеводы-25	12-00
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		Калорийность-1 021, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-117	146-00
Итого за день		Калорийность-1 021, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-117	146-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения