

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

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед (только 37руб.)			
250	Рассольник Ленинградский картофель очищенный (шкалы), огурцы соленые вес. кг (шкалы), морковь очищенная (шкалы), сметана вес. кг (шкалы), лук очищенный (шкалы), зелень петрушка вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17	27-00
200	Компот из яблок свежих и изюма яблоки вес. (шкалы), изюм вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы)	Калорийность-68, Углеводы-16	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.)			46-00
Итого за день			46-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар



ООО "Русский торговый дом"

Н.В. Гасникова

07.04.2025

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
40	Бутерброд с сыром 30/10 Кумены хлеб ржано-пшеничный 0,45 (кумены) (шкалы), сыр вес. (шкалы)	Калорийность-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша пшеничная молочная жидкая 220/10 молочко, кг (шкалы), крупа пшениц. вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)	Калорийность-309, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	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)			67-00
Итого за день			67-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар



Руководитель
обслуживания
гостиницы

Гасникова

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белка (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
40	Бутерброд с сыром 30/10 <i>хлеб ржаной (булгур) 10,45 (булгур)(пшеница), сыр выс. (пшеница)</i>	Калорийность-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каши пшеничная молочная жидкая 220/10 <i>молочное, кг (пшеница), крупы пшениц. выс. (пшеница), масло сливочное выс. (пшеница), сахар выс. (пшеница), соль йодированная выс. (пшеница)</i>	Калорийность-309, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар выс. (пшеница), лимон выс. (пшеница), чай, кг (пшеница)</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (овз+инв.)			67-00
Обед (овз+инв.)			
250	Рассольник Ленинградский 250 <i>картофель очищенный (пшеница), огурцы соленые выс. кг (пшеница), морковь очищенная (пшеница), сметана выс. кг (пшеница), лук очищенный (пшеница), грибы белые выс. (пшеница), масло подсолнечное, кг (пшеница), соль йодированная выс. (пшеница)</i>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17	27-00
90	Шницель (цех) 90 <i>мясо подсолнечное, кг (пшеница), шницель из свинины (пшеница)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием и калием, масло сливочное обжаренное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный <i>томатная паста, кг (пшеница), морковь очищенная (пшеница), масло сливочное выс. (пшеница), лук выс. (пшеница), лук очищенный (пшеница), масло подсолнечное, кг (пшеница), соль йодированная выс. (пшеница), сахар выс. (пшеница), уксус столовый, кг (пшеница)</i>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Компот из яблок свежих и изюма <i>яблоки выс. (пшеница), изюм выс. (пшеница), сахар выс. (пшеница)</i>	Калорийность-68, Углеводы-16	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.)			126-00
Итого за день			193-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

[Подпись]



Н.В. Гасникова

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. ден. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	<u>Завтрак</u>		
40	Бутерброд с сыром 30/10 Кумены хлеб ржаной (букетный) 10,45 (кумены) (выпечка), сыр выс.	Калорийность-83, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша пшенная молочная жидкая 220/10 манка, 12 (выпечка), крупа пшениц. выс. (выпечка), масло сливочное выс. (выпечка), сахар выс. (выпечка), соль гидрокарбонат выс. (выпечка)	Калорийность-309, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром чай выс. (выпечка), лимон выс. (выпечка), чай, не выпечка)	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	Сок фруктовый 0,2 яблоко, сахар-песок, натуральные ароматизаторы	Калорийность-370, Углеводы-141	=
	Итого за Завтрак	Калорийность-866, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-213	67-00
	Итого за день	Калорийность-866, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-213	67-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картой

Старший пестар

Руководителя
образовательного
учреждения

Гасникова

000 "Puccini" *maestri* de M.

07.04.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЬ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	зи. цен. (кал), белк (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
30	Кукуруза консервированная (гарнировка) 30	Калорийность-98, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	12-00
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне 250	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	27-00
90	Шницель (цех) 90	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Изделия макаронные отварные 150	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Компот из яблок свежих и изюма	Калорийность-68, Углеводы-16	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-907, Белки-30, Жиры-29, Углеводы-127	138-00
	Итого за день	Калорийность-907, Белки-30, Жиры-29, Углеводы-127	138-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картой

Средний возраст

Руководитель
образовательного
учреждения

СНИКОВА