

(КОГОБУ 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	Шницель (цех) 90 <i>масло подсолнечное, кг (шкалы), шницель из свинины (шкалы)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>крупа гречневая, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный <i>томатная паста, кг (шкалы), морковь вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), мука вес. (шкалы), лук вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), лист лавровый, кг (шкалы)</i>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанно-пшеничный /Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Завтрак		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00
Итого за день		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"





07.11.2024

(КОГОБУ 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			
100	Салат "Мазайка" 100 <i>картофель очищенный (шкалы), морковь очищенная (шкалы), кукуруза, кг (шкалы), соевый соевый вес, кг (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы)</i>	Калорийность-187, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-22	37-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>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)</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100 <i>мясо цб I категории (грудки), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная выс. обогатненная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 <i>горох колотый, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанно-пшеничный /Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-1 048, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-110	156-00
Итого за день		Калорийность-1 048, Белки-44, Жиры-40, Углеводы-110	156-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения





(КОГОбУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

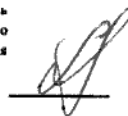
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (овз+инв.)</u>			
90	Шницель (цех) 90 <i>масло подсолнечное, кг (шкалы), шницель из свинины (шкалы)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>крупа гречневая, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный <i>томатная паста, кг (шкалы), морковь вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), мука вес. (шкалы), лук вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), лист лавровый, кг (шкалы)</i>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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 Завтрак (овз+инв.)		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00
<u>Обед (овз+инв.)</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100 <i>мясо цб 1 категории (грудка), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная вс обогатненная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 <i>горох колотый, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
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 (овз+инв.)		Калорийность-861, Белки-40, Жиры-30, Углеводы-88	119-00
Итого за день		Калорийность-1 562, Белки-67, Жиры-54, Углеводы-179	214-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения





(КОГОбУ 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	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
<small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб I категории куриное (бедро, тушка), масло подсолнечное ра, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
<small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>			
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 (только 37руб.)		Калорийность-298, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-50	37-00
Итого за день		Калорийность-298, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-50	37-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

07.11.2024

(КОГОбУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
90	Шницель (цех) 90	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
<small>масло подсолнечное, кг (шкалы), шницель из свинины (шкалы)</small>			
150	Каша гречневая рассыпчатая 150	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
<small>крупа гречневая, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>			
30	Соус томатный	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
<small>томатная паста, кг (шкалы), морковь вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), мука вес. (шкалы), лук вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), лист лавровый, кг (шкалы)</small>			
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
<small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>			
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 Завтрак (СВО)		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00
Итого за день		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	95-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения