

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
90	Бризоль куриная мясо №1 штейнхорн (филе), мушкетеры с/с обжаренные, масло подсолнечное рап., яйцо диетическое, сыр дыдырматский с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый	Калорийность-345, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-10	75-00
Итого за		Калорийность-345, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-10	75-00
Итого за день		Калорийность-345, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-10	75-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с рецептами

Сторонний повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Омлет натуральный 50 яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в 1 мл утв., масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием калия, масло подсолнечное ра	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронный вес. (шт.шт.), сыр вес. (шт.шт.), масло сливочное вес. (шт.шт.), соль йодированная вес. (шт.шт.)	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (шт.шт.), чай, кг (шт.шт.)	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	Сок фруктовый 0,2 лимон, сахар-песок, кислота лимонная	Калорийность-370, Углеводы-141	=
Итого за Завтрак		Калорийность-958, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-213	81-00
Итого за день		Калорийность-958, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-213	81-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

ООО "Русский торговый дом"

Н.В. Гасникова

28.04.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
30	Горошек зеленый (гарнировка) 30	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста очищенная (шт.шт.), картофель очищенный (шт.шт.), морковь очищенная (шт.шт.), лук очищенный (шт.шт.), сметана вес. кг (шт.шт.), мясо цб (бедра, голени, крылья) (шт.шт.), масло подсолнечное, кг (шт.шт.), соль йодированная вес. (шт.шт.)	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
120	Тефтели 120гр(цех) индейский(бурду), масло подсолнечное, кг (шт.шт.)	Калорийность-117, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7	66-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с повышенным содержанием калия, масло сливочное обезжиренное	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный помидорная паста, кг (шт.шт.), морковь очищенная (шт.шт.), масло сливочное вес. (шт.шт.), мука вес. (шт.шт.), лук очищенный (шт.шт.), масло подсолнечное, кг (шт.шт.), соль йодированная вес. (шт.шт.), сахар вес. (шт.шт.), вода, кг (шт.шт.)	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (шт.шт.), чай, кг (шт.шт.)	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 Обед		Калорийность-613, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-91	130-00
Итого за день		Калорийность-613, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-91	130-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

(КОГБУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
50	Омлет натуральный 50 яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в виде утка, масло сливочное обезжиренное, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное ин	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронный вес. (норма), сыр вес. (норма), масло сливочное вес. (норма), соль гидролизованная вес. (норма)	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (норма), чай, кг (норма)	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (овз+инв.)			81-00
Обед (овз+инв.)			
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста очищенная (норма), картофель очищенный (норма), морковь очищенная (норма), лук очищенный (норма), сметана вес. кг (норма), мясо цб безкопеечное, курица (норма), масло подсолнечное, кг (норма), соль гидролизованная вес. (норма)	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
120	Тефтели 120гр(цех) мифтебл(цех), масло подсолнечное, кг (норма)	Калорийность-117, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7	66-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия группы и фигурные, соль гидролизованная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обезжиренное	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (норма), чай, кг (норма)	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 Обед (овз+инв.)			118-00
Итого за день			199-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с рецептурой

Старший повар

а

Руководитель
обслуживающего
устройства

Н.В. Гасникова

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

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед (только 37руб.)			
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста очищенная (выпек), картофель очищенный (выпек), морковь очищенная (шпик), лук очищенный (выпек), сметана вес. кг (выпек), мясо цб (бедро, голень, тушка) (выпек), масло подсолнечное кг (выпек), соль гидрокарбонатная вес. (выпек)	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (выпек), чай, кг (выпек)	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 Обед (только 37руб.)		Калорийность-271, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46	35-00
Итого за день		Калорийность-271, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-46	35-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Старший повар

Руководитель
обязательно
по учреждению

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

28.04.2025

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
50	Омлет натуральный 50 яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обезжиренное и/или увар, масло сливочное обезжиренное, соль гидрокарбонатная с пониженным содержанием натрия, масло подсолнечное дн	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронные вес. (выпек), сыр вес. (выпек), масло сливочное вес. (выпек), соль гидрокарбонатная вес. (выпек)	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (выпек), чай, кг (выпек)	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (СВО)		Калорийность-588, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-72	81-00
Итого за день		Калорийность-588, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-72	81-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Старший повар

Руководитель
обязательно
по учреждению

Н.В. Гасникова