

(КОГОВУ СШ *нзм* КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование с базиса	ли. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (СВО)		
120	Тфетели 120гр(цех) <i>тфетели (беркет), мясо молотое свиное, из (пюре)</i>	Калорийность-117, Белок-8, Жиры-7, Углеводы-7	66-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия трущиеся и фигурные, соевый белок с мясным вкусом, соус томатный, макароны</i>	Калорийность-194, Белок-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный <i>сосисочный пикантный, из (пюре), пюре картофельное (пюре), пюре сливочное мед., базилик, укроп свеж. (пюре), лук зеленый (пюре) (пюре), чеснок измельченный, из (пюре), соль йодированная (соль), таппер (пюре), майонез (пюре), растительное, из (пюре)</i>	Калорийность-26, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с лимоном и сахаром <i>чай (пюре), лимонный сок (пюре), чай, из (пюре)</i>	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белок-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанопшеничный /Кумены	Калорийность-60, Белок-2, Углеводы-13	3-00
	Итого за Завтрак (СВО)	Калорийность-501, Белок-18, Жиры-12, Углеводы-81	98-00
	Итого за день	Калорийность-501, Белок-18, Жиры-12, Углеводы-81	98-00

1. **Texts:**
 2. **Writings of the Church Fathers**
 3. **Conciliar Documents**
 4. **Scriptural Texts**

Copyright © 2006 by John Wiley & Sons, Inc.

Pyroclastic
deposition

Н.В. Гасникова



(КОГОБУ СШ пгт КУМЕНЬ (только 37руб.))

Выход (г)	Наименование блюда	м. 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 свежая (капуста), картофель (картофель), морковь (морковь), лук (лук), куриный бульон (куриный бульон), сметана 10%, из (сметана), масло сливочное (масло сливочное), масло подсолнечное (масло подсолнечное), соль (соль), перец (перец)	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
200	Чай с лимоном и сахаром чай (чай), сахар (сахар), лимон (лимон)	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумен	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанно-пшеничный /Кумен	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед (только 37руб.)			38-00
Итого за день			38-00

Блюда
применяются
в соответствии
с упр. и др. докум.

Сторонний повар

а



Н.В. Гасникова

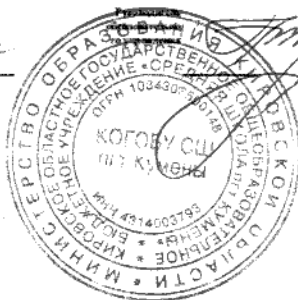
(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (л)	Наименование блюда	жи. нем. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (ов+т+мн.)</u>			
50	Омлет натуральный 50 яйцо белокочное, молоко ультрапастеризованное обезжиренное и или сливки, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия, масло подсолнечное рафинированное для	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронные изделия (шпатель), сыр твердый, масло сливочное или сливки, соль йодированная или (шпатель)	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с лимоном и сахаром чай черный (шпатель), лимонный сок (шпатель), сахар (шпатель)	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (ов+т+мн.)		Калорийность-588, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-72	84-00
<u>Обед (ов+т+мн.)</u>			
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста белокочанная (шпатель), картофель очищенный (шпатель), морковь очищенная (шпатель), лук репчатый (шпатель), сметана или сливки, масло сливочное, курица (шпатель), масло подсолнечное рафинированное для (шпатель), соль йодированная или (шпатель)	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
120	Тфтели 120гр(цех) фарш мясной (шпатель), макароны (шпатель), соль (шпатель)	Калорийность-117, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7	66-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия группы 1 в фасовке, соль йодированная с повышенным содержанием натрия, масло сливочное обезжиренное	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный паста томатная, соль (шпатель), морковь очищенная (шпатель), масло сливочное или (шпатель), лук репчатый (шпатель), масло подсолнечное рафинированное для (шпатель), соль йодированная или (шпатель), перец черный, соль (шпатель)	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с лимоном и сахаром чай черный (шпатель), лимонный сок (шпатель), сахар (шпатель)	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 (ов+т+мн.)		Калорийность-606, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-90	121-00
Итого за день		Калорийность-1194, Белки-41, Жиры-43, Углеводы-162	205-00

Наше же
пристальное
в соотыствии
с тем, как

Сторонний номер

Н.В. Гасникова



(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	м. пов. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), макроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
50	Омлет натуральный 50 омлет натуральный, из яйца курицы высшего сорта, обжаренный в сливочном масле, соевое молоко, сахар, соль, специи	Калорийность-100, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-1	25-00
230	Макаронные изделия с тертым сыром 230 макаронные изделия (белки), сыр тертый (жирный), масло сливочное (жирное), соль, специи	Калорийность-384, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-47	47-00
200	Чай с лимоном и сахаром чай (жирный), лимон (жирный), сахар (жирный), специи	Калорийность-40, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумени	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	Сок фруктовый 0,2 сок фруктовый, сахар, вода	Калорийность-370, Углеводы-141	=
Итого за Завтрак		Калорийность-958, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-213	84-00
Итого за день		Калорийность-958, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-213	84-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

ООО "Русский торгашевский дом"

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНИ 12 лет и старше)

Н.В. Гасникова

12.05.2025

Выход (г)	Наименование блюда	м. пов. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), макроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
30	Горошек зеленый (гарнировка) 30 горошек зеленый, морковь, лук, специи	Калорийность-7, Углеводы-1	12-00
250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 250 капуста свежая (белая), картофель (белый), морковь (белая), лук (белый), куриный бульон, специи	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	23-00
120	Тефтели 120гр(цех) фарш (говядина), мясо (говядина), лук (белый), специи	Калорийность-117, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7	66-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия (белки), специи	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный томатная паста, специи	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с лимоном и сахаром чай (жирный), лимон (жирный), сахар (жирный), специи	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумени	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанно-пшеничный / Кумени	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

Выход (г)	Наименование блюда	ли. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	Салат Копенгагский сдобное тесто заварное, морковь, яблоко, капуста, салат, лук, чеснок, майонез, соль, перец, сахар, уксус	Калорийность-172, Белки-10, Жиры-4, Углеводы-23	45-00
90	Бифштекс панированный (гов.) фарш говяжий, яйца, лук, чеснок, соль, перец, мука, масло растительное	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	80-00
Итого за		Калорийность-512, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-30	125-00
Итого за день		Калорийность-512, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-30	125-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Сторонний повар



Н.В. Гасникова