

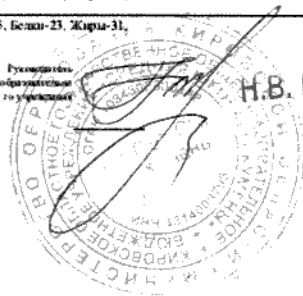
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
90	Ыфитекс салат из овощей, заправка (масло) Виды: капуста, морковь, лук, чеснок, масло подсолнечное, кефир	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	80-00
150	Капуста жареная капуста, лук, морковь, масло растительное, соль, специи	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-10	28-00
Итого за		Калорийность-445, Белки-23, Жиры-31, Углеводы-17	108-00
Итого за день		Калорийность-445, Белки-23, Жиры-31, Углеводы-17	108-00

Итого
пунктов
в документе
1 из 1

Сторона

Руководитель
областного
управления

Н.В. Гасникова



(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. нел. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Котлеты Особые(цех) мясо: говядина; лук: лук; морковь: морковь; картофель: картофель; яйца: яйца; сливочное масло: сливочное масло; растительное масло: растительное масло; соль: соль; перец: перец; специи: специи	Калорийность-236, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия: макаронные изделия; соус: соус; соль: соль; перец: перец; специи: специи	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
200	Чай с сахаром чай: чай; сахар: сахар	Калорийность-36, Углеводы-9	5-00
30	Соус томатный 30 помидоры: помидоры; лук: лук; морковь: морковь; чеснок: чеснок; томатная паста: томатная паста; соль: соль; перец: перец; специи: специи	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	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 Завтрак		Калорийность-634, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-85	87-00
Итого за день		Калорийность-634, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-85	87-00

Бланк
применяется
в соответствии
с тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

ОАО "Российский молочный завод"

15.05.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. нел. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат Мазайка картофель: картофель; морковь: морковь; капуста: капуста; лук: лук; соль: соль; перец: перец; специи: специи	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-9	22-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 пшеница: пшеница; картофель: картофель; морковь: морковь; капуста: капуста; лук: лук; соль: соль; перец: перец; специи: специи; куриный бульон: куриный бульон	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
90	Бифштекс с овощами и сыром говядина: говядина; лук: лук; морковь: морковь; картофель: картофель; яйца: яйца; сливочное масло: сливочное масло; растительное масло: растительное масло; соль: соль; перец: перец; специи: специи	Калорийность-307, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-51	70-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 гречка: гречка; молоко: молоко; сахар: сахар; соль: соль; перец: перец; специи: специи	Калорийность-246, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный помидоры: помидоры; лук: лук; морковь: морковь; чеснок: чеснок; томатная паста: томатная паста; соль: соль; перец: перец; специи: специи	Калорийность-26, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 чай: чай; сахар: сахар	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-979, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-152	149-00
Итого за день		Калорийность-979, Белки-26, Жиры-31, Углеводы-152	149-00

Бланк
применяется
в соответствии
с тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

Выход (г)	Наименование блюда	эм. бел. (ккал), белки (г), углеводы (г), жирные масла (мг), микроэлементы (мг)	Суммарность питания (руб)
	Завтрак (ов+инв.)		
90	Котлеты Особые (цех) из говядины, из (говядины), котлеты особые из говядины с гарниром	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия отварные с соусом, соусом томатным с соусом, соусом томатным с соусом, соусом томатным с соусом	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	58-00 12-00
30	Соус томатный соус томатный, из (говядины), соус томатный с соусом, соус томатный с соусом, соус томатный с соусом, соус томатный с соусом	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанно-пшеничный /Кумены	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-13	3-00
	Итого за Завтрак (ов+инв.)	Калорийность-638, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-86	87-00
	Обед (ов+инв.)		
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 борщ с капустой и картофелем на курином бульоне, борщ с капустой и картофелем на курином бульоне, борщ с капустой и картофелем на курином бульоне, борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с сахаром 200 чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром, чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржанно-пшеничный /Кумены	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-13	3-00
	Итого за Обед (ов+инв.)	Калорийность-287, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-36	37-00
	Итого за день	Калорийность-925, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-136	124-00

Было до-
- брано и по-лучно
и до-бры с то-бы
с то-бы до-бры

Средний район

Русская
олимпиада
го Урала

Н.В. Гасникова



