

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНИ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
90	Голубцы ленивые(цех) масло подсолнечное, кг (выпекать), голубцы ленивые 100(цех)	Калорийность-229, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-12	58-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 гречка гречневая вес (выпекать), масло сливочное вес (выпекать), соль йодированная вес (выпекать)	Калорийность-246, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный томатная паста, кг (выпекать), морковь очищенная (выпекать), масло сливочное вес (выпекать), лук вес (выпекать), лук очищенный (выпекать), масло подсолнечное, кг (выпекать), соль йодированная вес (выпекать), сахар вес (выпекать), лист лавровый, кг (выпекать)	Калорийность-26, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес (выпекать), чай, кг (выпекать)	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 Завтрак (СВО)		Калорийность-665, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-91	90-00
Итого за день		Калорийность-665, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-91	90-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картой

Супервайзер

а

Руководитель
общепита
по учреждению



Н.В. Гасникова

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
90	Бифитекс с грибами и сыром 90 (цех) <i>бифитекс с грибами и сыром (паштет, масло подсолнечное, кг (шпинат), майонез, кг (шпинат))</i>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	85-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия группы в фасован, соус подсолнечное с помидорами с добавлением пармезана, масло сливочное обжаренное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
Итого за		Калорийность-534, Белки-25, Жиры-29, Углеводы-42	97-00
Итого за день		Калорийность-534, Белки-25, Жиры-29, Углеводы-42	97-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

9

Руководитель
обслуживающего
хозяйства



Н.В. Гасникова

(КОГОВУ 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	Голубцы ленивые(цех) масса поджаренная, из (шкаты), голубцы ленивые100(цех)	Калорийность-229, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-12	58-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 крупа гречневая вес. (шкаты), масло сливочное вес. (шкаты), соль поваренная вес. (шкаты)	Калорийность-246, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный томатная масса, из (шкаты), морковь очищенная (шкаты), масло сливочное вес. (шкаты), лук вес. (шкаты), лук очищенный (шкаты), масло поджаренное, из (шкаты), соль поваренная вес. (шкаты), сахар вес. (шкаты), лист лавровый, из (шкаты)	Калорийность-26, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (шкаты), чай, из (шкаты)	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 Завтрак		Калорийность-665, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-91	90-00
Итого за день		Калорийность-665, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-91	90-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

20.05.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат "Студенческий" 100 картофель очищенный (шкаты), морковь очищенная (шкаты), горошек зеленый (шкаты), яйцо куриное, шт. (шкаты), масло поджаренное, из (шкаты), соль поваренная вес. (шкаты)	Калорийность-1 075, Белки-78, Жиры-79, Углеводы-13	26-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 свиная окорок (шкаты), капуста очищенная (шкаты), картофель очищенный (шкаты), морковь очищенная (шкаты), лук очищенный (шкаты), сметана вес. из (шкаты), масло об (шкаты), лавровый лист (шкаты), масло поджаренное, из (шкаты), томатная паста, из (шкаты), сахар вес. (шкаты), соль поваренная вес. (шкаты)	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100(цех) свиная окорок (шкаты), яйцо куриное, шт. (шкаты), масло поджаренное, из (шкаты), наггетсы куриные (шкаты), соль поваренная вес. (шкаты), мука вес. (шкаты)	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 лук зеленый, масло сливочное обжаренное, соль поваренная с микроэлементами (шкаты)	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (шкаты), чай, из (шкаты)	Калорийность-40, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-14	4-00
60	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	3-00
Итого за Обед		Калорийность-1 985, Белки-120, Жиры-110, Углеводы-115	145-00
Итого за день		Калорийность-1 985, Белки-120, Жиры-110, Углеводы-115	145-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	м. цем. (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак (овз+инв.)</u>			
90	Голубцы ленивые(цех) <i>масса поджарочная, кг (шкала), капуста ленивая100(цех)</i>	Калорийность-229, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-12	58-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>крупа гречневая пос. (шкала), масло сливочное пос. (шкала), соль йодированная пос. (шкала)</i>	Калорийность-246, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный <i>томатная паста, кг (шкала), морковь очищенная (шкала), масло сливочное пос. (шкала), уксус (шкала), лук очищенный (шкала), масло подсолнечное, кг (шкала), соль йодированная пос. (шкала), сахар пос. (шкала), лист лавровый, кг (шкала)</i>	Калорийность-26, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар пос. (шкала), чай, кг (шкала)</i>	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 Завтрак (овз+инв.)			90-00
<u>Обед (овз+инв.)</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>свиная ошпаренная (шкала), капуста очищенная (шкала), картофель очищенный (шкала), морковь очищенная (шкала), лук очищенный (шкала), свекла пос., кг (шкала), масло сливочное, тушеное (шкала), масло подсолнечное, кг (шкала), томатная паста, кг (шкала), сахар пос. (шкала), соль йодированная пос. (шкала)</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар пос. (шкала), чай, кг (шкала)</i>	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.)			37-00
Итого за день			127-00

Благодаря
применению и
соответствию с
той, которая

Старый прокур

Руководитель
обращения №
19-УП/03-03

Н.В. Гасникова

(КОГОВУ 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 свиная окорок (мясо), капуста квашеная (овощи), картофель очищенный (овощи), морковь очищенная (овощи), лук очищенный (овощи), сметана 10%, из (жирный), масло чб (масло, растит, курица) (жирный), масло подсолнечное, из (масло), томатная паста, из (паста), сахар-пес. (сахар), соль йодированная есс. (соль)	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с сахаром 200 сахар-пес. (сахар), чай, из (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 (только 37руб.)			37-00
Итого за день			37-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова