

(КОГОбУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
90	Наггетсы куриные 90 <small>дрюбка куриная вес. (шпатель), сахар пшеничный вес. (шпатель), яйцо куриное, шт. (шпатель), мука вес. (шпатель), масло подсолнечное, кг (шпатель), соль йодированная вес. (шпатель)</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный <small>томатная паста, кг (шпатель), морковь очищенная (шпатель), масло сливочное вес. (шпатель), мука вес. (шпатель), лук очищенный (шпатель), масло подсолнечное, кг (шпатель), соль йодированная вес. (шпатель), сахар вес. (шпатель), лавровый лист (шпатель)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шпатель), чай, кг (шпатель)</small>	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-719, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-81	95-00
Обед (овз+инв.)			
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель очищенный (шпатель), консервы рыбные (шпатель), морковь очищенная (шпатель), лук очищенный (шпатель), масло подсолнечное, кг (шпатель), соль йодированная вес. (шпатель)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	23-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <small>яблоки вес. (шпатель), сахар вес. (шпатель)</small>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
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-305, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-57	42-00
Итого за день		Калорийность-1 024, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-138	137-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский тарелочный дом"

15.11.2024

(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	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель очищенный (шпатель), консервы рыбные (шпатель), морковь очищенная (шпатель), лук очищенный (шпатель), масло подсолнечное, кг (шпатель), соль йодированная вес. (шпатель)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	23-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шпатель), чай, кг (шпатель)</small>	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 (только 37руб.)		Калорийность-299, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51	35-00
Итого за день		Калорийность-299, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51	35-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский тарелочный дом"

15.11.2024

(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	Наггетсы куриные 90 <small>дрюбка куриная вес. (шпатель), сахар пшеничный вес. (шпатель), яйцо куриное, шт. (шпатель), мука вес. (шпатель), масло подсолнечное, кг (шпатель), соль йодированная вес. (шпатель)</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с повышенным содержанием йода</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный <small>томатная паста, кг (шпатель), морковь очищенная (шпатель), масло сливочное вес. (шпатель), мука вес. (шпатель), лук очищенный (шпатель), масло подсолнечное, кг (шпатель), соль йодированная вес. (шпатель), сахар вес. (шпатель), лавровый лист (шпатель)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шпатель), чай, кг (шпатель)</small>	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 (СВО)		Калорийность-719, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-81	95-00
Итого за день		Калорийность-719, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-81	95-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский тарелочный дом"

15.11.2024

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

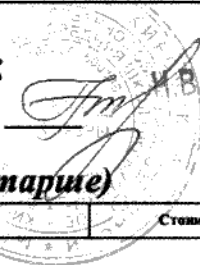
Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Наггетсы куриные 90 <small>филе куриное вес. (штук), соус панировочный вес. (штук), яйцо куриное вес. (штук), мука вес. (штук), масло подсолнечное, кг (штук), соль йодированная вес. (штук)</small>	Калорийность-274, Белки-14, Жиры-17, Углеводы-2	63-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное обжаренное, соль йодированная и пищевые добавки изобретенные мукой</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	Соус томатный <small>томатная паста, кг (штук), морковь очищенная (штук), масло сливочное вес. (штук), мука вес. (штук), лук очищенный (штук), масло подсолнечное, кг (штук), соль йодированная вес. (штук), сахар вес. (штук), лимонная кислота (штук)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (штук), чай, кг (штук)</small>	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		Калорийность-719, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-81	95-00
Итого за день		Калорийность-719, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-81	95-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картой
ООО "Русский тортовый дом"

Старший повар

d

Руководитель образовательного учреждения



Н.В. Гасникова

15.11.2024

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12лет и старше)

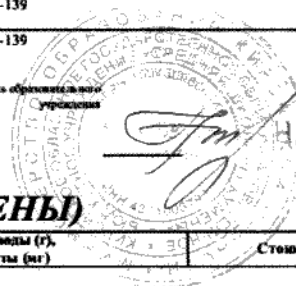
Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат картофельный с огурцами солеными и луком 100 <small>картофель очищенный (штук), огурцы соленые вес. кг (штук), лук очищенный (штук), масло подсолнечное, кг (штук), соль йодированная вес. (штук)</small>	Калорийность-103, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	24-00
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <small>картофель очищенный (штук), консервы рыбные (штук), морковь очищенная (штук), лук очищенный (штук), масло подсолнечное, кг (штук), соль йодированная вес. (штук)</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	23-00
100	Тефтели мясные 100 <small>мясо свиное, вес. (штук), лук вес. (штук), крупа рисовая, вес. (штук), мука вес. (штук), масло подсолнечное, кг (штук)</small>	Калорийность-276, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-11	62-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 <small>крупа рисовая, вес. (штук), соль йодированная вес. (штук), масло сливочное вес. (штук)</small>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
30	Соус томатный 30 <small>томатная паста, кг (штук), морковь очищенная (штук), масло сливочное вес. (штук), мука вес. (штук), лук очищенный (штук), масло подсолнечное, кг (штук), соль йодированная вес. (штук), сахар вес. (штук), лимонная кислота (штук)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) <small>изюм вес. (штук), сахар вес. (штук), лимонная кислота, кг (штук)</small>	Калорийность-136, Углеводы-33	12-00
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		Калорийность-1 005, Белки-26, Жиры-37, Углеводы-139	152-00
Итого за день		Калорийность-1 005, Белки-26, Жиры-37, Углеводы-139	152-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картой
ООО "Русский тортовый дом"

Старший повар

se

Руководитель образовательного учреждения



Н.В. Гасникова

15.11.2024

(*КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
*Индивидуальное меню			
90	Шницель (цех) 90 <small>масло подсолнечное, кг (штук), лимонная кислота (штук)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	=
150	*Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая вес. (штук), соль йодированная вес. (штук)</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	=
200	*Чай без сахара <small>сахар вес. кг (штук), чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	=
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	=
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумены	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	=
Итого за *Индивидуальное меню		Калорийность-677, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-89	=
Итого за день		Калорийность-677, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-89	=

Блюда приготовлены в соответствии с тех. картой

Старший повар

se

Руководитель образовательного учреждения



Н.В. Гасникова