

(КОГОБУ 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	Котлеты Особые из говядины и свинины(цех) <small>масло подсолнечное, кг (школы), котлеты особые из говядины и свинины (школы)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с повышенным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный 30 <small>томатная паста, кг (школы), морковь очищенная (школы), масло сливочное вес. (школы), мука вес. (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы), сахар вес. (школы), лист лавровый, кг (школы)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школы), чай, кг (школы)</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-649, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-86	87-00
Итого за день		Калорийность-649, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-86	87-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

14.11.2024

(КОГОБУ 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 картофельный с сельдью 100 <small>картофель очищенный (школы), сельдь сброс вес. (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-124, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-13	37-00
250	Борщ с капустой и картофелем 240/10 <small>свекла очищенная (школы), капуста очищенная (школы), картофель очищенный (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), сметана вес. кг (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), сахар вес. (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Гуляш из мяса кур 60/40 <small>гуляш куриный из бескостного мяса кур (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), мука вес. (школы), соль йодированная вес. (школы)</small>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	59-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</small>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (школы), чай, кг (школы)</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		Калорийность-850, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-106	148-00
Итого за день		Калорийность-850, Белки-33, Жиры-32, Углеводы-106	148-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно-
го учреждения

Н.В. Гасникова

(*КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЬ)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
*Индивидуальное меню			
90	Шницель (цех) 90 <i>масло подсолнечное, кг (шкалы), шницель из свинины (шкалы)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	=
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	=
200	*Чай без сахара <i>сахар-песок, чай черный</i>	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-625, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-84	=
Итого за день		Калорийность-625, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-84	=

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

14.11.2024

(КОГОБУ СШ пгт КУМЕНЬ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
90	Котлеты Особые из говядины и свинины(цех) <i>масло подсолнечное, кг (шкалы), котлеты особые из говядины и свинины (шкалы)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный <i>томатная паста, кг (шкалы), морковь вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), мука вес. (шкалы), лук вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), лист лавровый, кг (шкалы)</i>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	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-649, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-86	87-00
Обед (овз+инв.)			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</i>	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 (овз+инв.)		Калорийность-298, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-50	37-00
Итого за день		Калорийность-947, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-136	124-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

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 <small>свекла, капуста, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, мясо цб 1 категории кусковое (бедро, тушка), масло подсолнечное ди, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / КЧХК	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-298, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-50	37-00
Итого за день		Калорийность-298, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-50	37-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

14.11.2024

(КОГОВУ 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	Котлеты Особые из говядины и свинины(цех) <small>масло подсолнечное, кг (шкалы), котлеты особые из говядины и свинины (шкалы)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогатненное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный <small>томатная паста, кг (шкалы), морковь вес. (шкалы), масло сливочное вес. (шкалы), мука вес. (шкалы), лук вес. (шкалы), масло подсолнечное, кг (шкалы), соль йодированная вес. (шкалы), сахар вес. (шкалы), лист лавровый, кг (шкалы)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар вес. (шкалы), чай, кг (шкалы)</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-649, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-86	87-00
Итого за день		Калорийность-649, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-86	87-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова