

(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			
50	Бутерброд с повидлом 30/20 Кумы <small>хлеб пшеничный 0,45 кумы, повидло</small>	Калорийность-184, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-26	15-00
230	Каша ячневая молочная рассыпчатая 220/10 <small>молоко ультрапастеризованное обогатненное в илв упак, крупа ячневая, сахар-песок, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-370, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-58	30-00
200	Какао с молоком <small>молоко ультрапастеризованное обогатненное в илв упак, сахар-песок, какао-порошок обогатненный дп</small>	Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17	18-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак		Калорийность-734, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-115	67-00
Итого за день		Калорийность-734, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-115	-

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

18.09.2024

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
30	Помидоры свежие (гарнировка) 30 Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250	Калорийность-7, Углеводы-1	16-00
250	Котлеты рубленые Мясные 100 <small>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</small>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Котлеты рубленые Мясные 100 <small>мясо цб 1 категории (срезки), лук репчатый, мясо свиного замороженное, хлеб пшеничный 0,45/кумы, сухари панировочные, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обогатненное в илв упак, масло сливочное обогатненное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумы	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед		Калорийность-729, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-87	140-00
Итого за день		Калорийность-729, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-87	140-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова