

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 100 | Салат Сюрприз <i>майонез, мясо цб 1 категории (срубка), крабовое мясо замороженное, огурцы, картофель, сыр п-твердый детский, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i> | Калорийность-180, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-24 | 42-00 |
| 100 | Шницель натуральный рубленый 100 <i>мясо свинины замороженное, сухари панировочные, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</i> | Калорийность-404, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-10 | 65-00 |
| Итого за | | Калорийность-584, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-34 | 107-00 |
| Итого за день | | Калорийность-584, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-34 | 107-00 |

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

(подпись)

Руководитель
образовательного
учреждения



Гасникова

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 40 | Бутерброд с сыром 30/10 <i>хлеб пшеничный 0,5 /тужанка, сыр п-твердый детский</i> | Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10 | 20-00 |
| 230 | Каша пшеничная молочная жидкая 220/10 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа пшено шлифованное, масло сливочное обогащенное, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i> | Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38 | 35-00 |
| 200 | Какао с молоком 200 <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, сахар-песок, какао-напиток обогащенный дп</i> | Калорийность-109, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17 | 18-00 |
| 30 | Хлеб пшеничный / Кумены | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14 | 4-00 |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-560, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-79 | 77-00 |
| Итого за день | | Калорийность-560, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-79 | 77-00 |

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения



Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

24.09.2024

(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 |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| Обед | | | |
| 100 | Салат Капустный с горошком и яйцом 100 <i>капуста, огурцы, яйцо диетическое, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное дп</i> | Калорийность-83, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-4 | 21-00 |
| 250 | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <i>картофель очищенный п/ф, макаронные изделия личиные (вермишель), морковь очищенная, лук репчатый очищенный, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i> | Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21 | 21-00 |
| 100 | Тефтели мясные 100 <i>мясо свиное замороженное, лук репчатый, крупа рисовая, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп</i> | Калорийность-276, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-11 | 62-00 |
| 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 30 <i>томат-паста, морковь очищенная, масло сливочное обогащенное, мука пшеничная в/с обогащенная, лук репчатый очищенный, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</i> | Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2 | 5-00 |
| 200 | Чай с сахаром 200 <i>сахар-песок, чай черный</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 | | Калорийность-893, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-110 | 133-00 |
| Итого за день | | Калорийность-893, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-110 | 133-00 |

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения



Н.В. Гасникова