

**(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНИ 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
40	<b>Бутерброд с маслом 30/10 Кумены</b> <small>хлеб пшеничный 0,45 /кумены, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	20-00
240	<b>Каша рисовая молочная жидкая 235/5</b> <small>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-254, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-37	35-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-490, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	<b>64-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-490, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-71	<b>64-00</b>

Блюда  
приготовлены  
в соответствии  
с тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно-  
го учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

26.09.2024

**(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНИ 12лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из белокочанной капусты 100</b> <small>капуста, морковь, сахар-песок, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11	19-00
250	<b>Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250</b> <small>свекла очищенная, капуста очищенная, картофель очищенный, морковь очищенная, лук репчатый очищенный, сметана 15%, мясо цб 1 категории (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	<b>Наггетсы куриные 100</b> <small>мясо цб 1 категории (грудка), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	<b>Пюре гороховое 150</b> <small>горох колотый, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
200	<b>Чай с сахаром 200</b> <small>сахар-песок, чай черный</small>	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
30	<b>Хлеб пшеничный / Кумены</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный /Кумены</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-961, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-99	<b>138-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-961, Белки-42, Жиры-35, Углеводы-99	<b>138-00</b>

Блюда  
приготовлены  
в соответствии  
с тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательно-  
го учреждения

Н.В. Гасникова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
90	<b>Бризоль куриная</b> <i>мясо цб 1 категории (грудка), мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</i>	Калорийность-345, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-10	75-00
100	<b>Салат Ярославна</b> <i>капуста, майонез, мясо цб 1 категории (грудка), огурцы, помидоры, сыр п-твердый детский, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-186, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-24	47-00
<b>Итого за</b>		Калорийность-531, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-34	<b>122-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-531, Белки-27, Жиры-31, Углеводы-34	<b>122-00</b>

Блюда  
приготовлены  
в соответствии  
с тех.картами

Старший повар

*[Handwritten signature]*

Руководитель  
образовательного  
учреждения



Н.В. Гасникова