

(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			
90	Котлеты Особые из говядины и свинины (цех) 90 <i>масло подсолнечное дп, котлеты особые п/ф 100</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 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 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
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

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

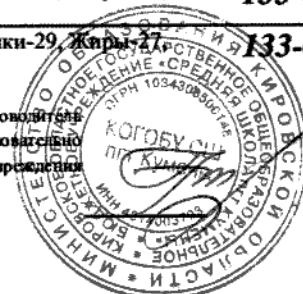
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Обед			
60	Помидоры свежие (гарнировка) 60	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	24-00
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 <i>картофель очищенный, консервы рыбные, морковь очищенная, лук репчатый очищенный, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	23-00
100	Гуляш из мяса кур 60/40 <i>грудка цб, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, масло подсолнечное дп, томат-паста, мука пшеничная в/с обогащенная, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	59-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>крупа гречневая, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
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-751, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-96	133-00
Итого за день		Калорийность-751, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-96	133-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
100	Шницель натуральный рубленый 100 <i>мясо свинины замороженное, сухари панировочные, яйцо диетическое, масло подсолнечное дп, соль йодированная с повышенным содержанием натрия, перец черный молотый</i>	Калорийность-404, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-10	65-00
120	Салат Столичный <i>мясо цб I категории (зрудка), картофель, майонез, огурцы консервированные, сыр п-твердый детский, яйцо диетическое, лук репчатый, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	Калорийность-248, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-27	44-00
Итого за		Калорийность-652, Белки-36, Жиры-40, Углеводы-37	109-00
Итого за день		Калорийность-652, Белки-36, Жиры-40, Углеводы-37	109-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

[Handwritten signature]

Руководитель
образовательного
учреждения



Гасникова