

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	<b>Шницель натуральный рубленый 100</b> <i>мясо свиное замороженное, сахар натурочный, 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
180	<b>Картофель жареный</b> <i>картофель, масло подсолнечное дп, лук репчатый, соль йодированная с повышенным содержанием натрия</i>	Калорийность-293, Белки-4, Жиры-16, Углеводы-33	28-00
<b>Итого за</b>		Калорийность-697, Белки-28, Жиры-46, Углеводы-43	93-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-697, Белки-28, Жиры-46, Углеводы-43	93-00

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех. картами

Старший повар

*(Handwritten signature)*

Руководитель  
образовательного  
учреждения



Н.В. 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 (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Шницель (цех) 90</b> <i>масло подсолнечное дп, шницель (цех) 90</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая 150</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное обогаченное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
30	<b>Соус томатный 30</b> <i>томат-паста, морковь очищенная, масло сливочное обогаченное, мука пшеничная в/с обогаченная, 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	<b>Чай с сахаром 200</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	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 Завтрак</b>		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	<b>95-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-701, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-91	<b>95-00</b>

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

ООО "Русский торговый дом"

Н.В. Гасникова

09.10.2024

**(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)
<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной 100</b> <i>картофель очищенный, свекла очищенная, огурцы консервированные, капуста очищенная, лук репчатый очищенный, морковь очищенная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, кислота лимонная</i>	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	31-00
250	<b>Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне 250</b> <i>картофель очищенный, горох колотый, морковь очищенная, лук репчатый очищенный, масло подсолнечное дп, мясо цб 1 категории (голень), соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-20	21-00
90	<b>Котлеты Особые из говядины и свинины (цех) 90</b> <i>масло подсолнечное дп, котлеты особые п/ф 100</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая 150</b> <i>крупа рисовая, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогаченное</i>	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
30	<b>Соус томатный</b> <i>томат-паста, морковь, масло сливочное обогаченное, мука пшеничная в/с обогаченная, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок, лист лавровый</i>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	<b>Компот из плодов и ягод сушеных (изюм)</b> <i>изюм, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Калорийность-136, Углеводы-33	12-00
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-999, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-142	<b>153-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-999, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-142	<b>153-00</b>

Блюда  
приготовлены в  
соответствии с  
тех.картами

Старший повар

Руководитель  
образовательного  
учреждения

Н.В. Гасникова