

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
110	Бифитекс с ананасами <i>мясо цб 1 категории (грудка), ананасы консервированные, яйцо диетическое, майонез, молоко ультрапастеризованное обогащенное в шид упаковке, сыр п-твердый детский, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый, чеснок</i>	Калорийность-243, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-8	73-00
100	Салат Ананас <i>мясо цб 1 категории (грудка), майонез, яйцо диетическое, огурцы, ананасы консервированные (0,58), сыр п-твердый детский, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-220, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-24	44-00
Итого за		Калорийность-463, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-32	117-00
Итого за день		Калорийность-463, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-32	117-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

[Handwritten signature]

Руководитель
образовательно
го учреждения



(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНИ 7-11 лет)

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

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова

ООО "Русский торговый дом"

10.10.2024

(КОГОбУ СШ ПГТ КУМЕНИ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
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	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>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</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Наггетсы куриные 100 <i>мясо цб 1 категории (грудка), сухари панировочные, яйцо диетическое, мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-305, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-2	70-00
150	Пюре гороховое 150 <i>горох кизилый, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	Калорийность-258, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-36	12-00
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-944, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-92	140-00
Итого за день		Калорийность-944, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-92	140-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех.картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова