ООО "Русский торговый дом"

06.12.2024

(КОГОБУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (овз+инв.)		
100	Гуляш из мяса кур 60/40 гуляш куриный из бескостного мяса кур (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), мука вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 крупа рисовая, вес. (школа), соль йодированная вес. (школа), масло сливочное вес. (школа)	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (школа), чай, кг (школа)	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 (овз+инв.)	Калорийность-575, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-80	94-00
	Обед (овз+инв.)		
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 картофель очищенный (школа), консервы рыбные (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	23-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (школа), чай, кг (школа)	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 (овз+инв.)	Калорийность-299, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51	35-00
	Итого за день	Калорийность-874, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-131	129-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

06.12.2024

(КОГОБУ СШ пгт КУМЕНЫ (только 37руб.))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед (только 37руб.)		
250	Суп картофельный с рыбными консервами 250 картофель очищенный (школа), консервы рыбные (школа), морковь очищенная (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа)	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	23-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (школа), чай, кг (школа)	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 (только 37руб.)	Калорийность-299, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51	35-00
	Итого за день	Калорийность-299, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51	35-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

06.12.2024

(КОГОБУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (СВО)		
100	Гуляш из мяса кур 60/40 гуляш куриный из бескостного мяса кур (школа), лук очищенный (школа), морковь очищенная (школа), масло подсолнечное, кг (школа), томатная паста, кг (школа), мука вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
150	Каша рисовая рассыпчатая 150 крупа рисовая, вес. (школа), соль йодированная вес. (школа), масло сливочное вес. (школа)	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (школа), чай, кг (школа)	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 (СВО)	Калорийность-575, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-80	94-00
	Итого за день	Калорийность-575, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-80	94-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	**Кура жареная (бедро) 100**	Калорийность-305, Белки-24, Жиры-23	78-00
	мясо цб (бедро, голень, крыло) (вес.гов), майонез, кг (вес.гов), масло подсолнечное, кг (вес.гов), приправа универсальная, кг (вес.гов), соль йодированная вс. (вес.гов), перец черный молотый, кг (вес.гов)		
	Итого за	Калорийность-305, Белки-24, Жиры-23	78-00
	Итого за день	Калорийность-305, Белки-24, Жиры-23	78-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами

Старший повар

Руководитель образовательного учреждения

ООО "Русский торговый дом"

06.12.2024

(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)
	Завтрак		
100	**Гуляш из мяса кур 60/40**	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	63-00
	гуляш куриный из бескостного мяса кур (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), томатная паста, кг (школы), мука вес. (школы), соль йодированная вес. (школы)		
150	**Каша рисовая рассыпчатая 150**	Калорийность-208, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-40	19-00
	крупа рисовая, вес. (школы), соль йодированная вес. (школы), масло сливочное вес. (школы)		
200	**Чай с сахаром 200**	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
	сахар вес. (школы), чай, кг (школы)		
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
150	**Фрукты свежие (по сезону)**	Калорийность-53, Углеводы-11	=
	Итого за Завтрак	Калорийность-628, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-91	94-00
	Итого за день	Калорийность-628, Белки-21, Жиры-18, Углеводы-91	94-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами _____

Старший повар _____

Руководитель образовательного учреждения _____

ООО "Русский торговый дом"

06.12.2024

(КОГОБУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100	**Винегрет овощной 100**	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	31-00
	картофель очищенный (школы), свекла очищенная (школы), огурцы соленые вес, кг (школы), капуста очищенная (школы), лук очищенный (школы), морковь очищенная (школы), масло подсолнечное, кг (школы), сахар вес. (школы), соль йодированная вес. (школы), лимонная кислота, кг (школы)		
250	**Суп картофельный с рыбными консервами 250**	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-14	23-00
	картофель очищенный (школы), консервы рыбные (школы), морковь очищенная (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы)		
100	**Куры запеченые (голень) 100**	Калорийность-305, Белки-24, Жиры-23	72-00
	мясо цб 1 категории (голень), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы), перец черный молотый, кг (школы)		
150	**Изделия макаронные отварные 150**	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
	макаронные изделия группы а фасурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное		
30	**Соус томатный 30**	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
	томатная паста, кг (школы), морковь очищенная (школы), масло сливочное вес. (школы), мука вес. (школы), лук очищенный (школы), масло подсолнечное, кг (школы), соль йодированная вес. (школы), сахар вес. (школы), мясо говяжье, кг (школы)		
200	**Чай с сахаром 200**	Калорийность-41, Углеводы-10	5-00
	сахар вес. (школы), чай, кг (школы)		
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-385, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-96	155-00
	Итого за день	Калорийность-885, Белки-37, Жиры-38, Углеводы-96	155-00

Блюда приготовлены в соответствии с тех.картами _____

Старший повар _____

Руководитель образовательного учреждения _____