

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Виточки пикантные УО <i>(шашлык)</i> <i>бифтексы пикантные (шашлык), мясо подсолнечное, кг (шашлык)</i>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 <i>картофель очищенный (шашлык), молоко, кг (шашлык), масло сливочное выс. (шашлык), соль йодированная выс. (шашлык)</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар выс. (шашлык), чай, кг (шашлык)</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
150	Апельсин	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-12	=
Итого за Завтрак Калорийность-748, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-60			89-00
Итого за день Калорийность-748, Белки-28, Жиры-32, Углеводы-60			89-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех. картой

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

ООО "Русский тортовый дом"

10.12.2024

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
91	Салат из квашеной капусты <i>капуста квашеная, масло подсолнечное, кг (шашлык)</i>		26-00
250	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне 250 <i>картофель очищенный (шашлык), курица охлажденная выс. (шашлык), морковь очищенная (шашлык), лук очищенный (шашлык), масло подсолнечное, кг (шашлык), мясо св. / картофеля (шашлык), соль йодированная выс. (шашлык)</i>	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-20	21-00
90	Шницель (цех) 90 <i>мясо подсолнечное, кг (шашлык), капуста квашеная (шашлык)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Картофельное пюре 150 <i>картофель очищенный (шашлык), молоко, кг (шашлык), масло сливочное выс. (шашлык), соль йодированная выс. (шашлык)</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <i>яблоки выс. (шашлык), сахар выс. (шашлык)</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
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-783, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-99			153-00
Итого за день Калорийность-783, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-99			153-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех. картой

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

ООО "Русский тортовый дом"

Гасникова

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	за. пер. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
90	Биточки пикантные уш <i>(из гов.)</i> <i>биточки пикантные (шкотики), масло поджарочное, кг (шкотики)</i>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 <i>картофель очищенный (шкотики), молоко, кг (шкотики), масло сливочное вес. (шкотики), соль поваренная вес. (шкотики)</i>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 <i>сахар вес. (шкотики), чай, кг (шкотики)</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 (овз+инв.)			89-00
Обед (овз+инв.)			
250	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне 250 <i>картофель очищенный (шкотики), курица вареная вес. (шкотики), морковь очищенная (шкотики), лук очищенный (шкотики), масло поджарочное, кг (шкотики), мясо цб / картофеля (шкотики), соль поваренная вес. (шкотики)</i>	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-20	21-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 <i>яблоки вес. (шкотики), сахар вес. (шкотики)</i>	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
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.)			40-00
Итого за день			129-00

Блюда
приготовлены
и соответствуют
в тех. карте

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения



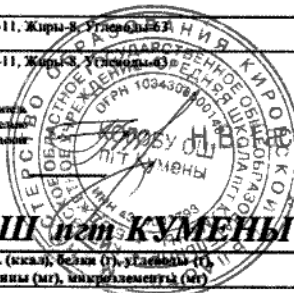
С.С. СНИКОВА

(КОГОВУ 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 бобовыми на курином бульоне 250 картофель, морковь нарезанная, лук репчатый, масло подсолнечное др., мясо цб 1 категории (говядина), соль йодированная с поваренной и соевым соусом	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-20	21-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 яблоки вес. (исходно), сахар вес. (исходно)	Калорийность-47, Углеводы-16	12-00
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.)			40-00
Итого за день			40-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех. картой

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.А. Иванова

ООО "Русский тарелочный дом"

10.12.2024

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
90	Виточки пшеничные 90 (пшеница)	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 картофель очищенный (исходно), молоко кг (исходно), масло сливочное вес. (исходно), соль йодированная вес. (исходно)	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 сахар вес. (исходно), чай кг (исходно)	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)			89-00
Итого за день			89-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с тех. картой

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.А. Иванова