

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (кисл), белки (б), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
90	Рыба жареная в яйце /Кумены	Калорийность-249, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-21	72-00
факт из рыбы, мяса и птицы и его обработкой, в том числе и жаркой, и варкой, и тушением, и запеканием, и копчением, и вялением, и солением, и маринованием, и консервированием, и заморозкой, и разморозкой, и т.д.			
Итого за Калорийность-249, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-21			72-00
Итого за день Калорийность-249, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-21			72-00

Копия
приложения
в соответствии
с 10% картами

Старший повар

9

Руководитель
обслуживаю-
щей организации



В. Гасникова

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЭНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	жир, белок, углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Виточки пикантные УО <i>(пикант)</i> пикантные виточки (пикант, мясо, лук, майонез, соус, яйцо)	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 картофель отварной (пюре), молоко, лук, сливочное масло, сливочное масло, соль, специи, соус (пюре)	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 сахар, чай, вода, лимон	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
200	Яблоки	Калорийность-94, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	=
Итого за Завтрак		Калорийность-777, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-88	89-00
Итого за день		Калорийность-777, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-88	89-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения



Гасникова

24.12.2024

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЭНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	жир, белок, углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат "Студенческий" 100 картофель, морковь, капуста, лук, майонез, салат, специи, соус (салат)	Калорийность-1 075, Белки-78, Жиры-79, Углеводы-13	20-00
250	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне 250 картофель отварной (пюре), куриный бульон, лук, морковь, капуста, лук, майонез, салат, специи, соус (салат)	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-20	21-00
90	Шницель (цех) 90 мясо, лук, майонез, соус (салат)	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Картофельное пюре 150 картофель отварной (пюре), молоко, лук, сливочное масло, сливочное масло, соль, специи, соус (пюре)	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 яблоки, сахар, вода, лимон	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-1 858, Белки-107, Жиры-109, Углеводы-112	147-00
Итого за день		Калорийность-1 858, Белки-107, Жиры-109, Углеводы-112	147-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологией

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения



Гасникова

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	ж. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
90	Виточки Пикантные УО (овз+инв.) бисквиты пшеничные (выпечка), масло подсолнечное, ж.с (выпечка)	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 картофель очищенный (выпечка), молоко, ж.с (выпечка), масло сливочное выс. (выпечка), соль йодированная выс. (выпечка)	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 сахар выс. (выпечка), чай, ж.с (выпечка)	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 картофель очищенный (выпечка), курица грудка филе (выпечка), морковь очищенная (выпечка), лук очищенный (выпечка), масло подсолнечное, ж.с (выпечка), жасо фф 1 категория (выпечка), соль йодированная выс. (выпечка)	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-20	21-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 яблоки выс. (выпечка), сахар выс. (выпечка)	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
в соответствии
с тех.картами
ОДЮ "Русский тортовый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

24.12.2024

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

Выход (г)	Наименование блюда	ж. 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, лук, курица, жасо фф 1 категория, соль йодированная выс. (выпечка), масло подсолнечное выс. (выпечка), жасо фф 1 категория (выпечка), соль йодированная выс. (выпечка)	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-20	21-00
200	Компот из плодов (яблоки) 200 яблоки выс. (выпечка), сахар выс. (выпечка)	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.картами
ОДЮ "Русский тортовый дом"

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова

24.12.2024

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	ж. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
90	Виточки Пикантные УО (СВО) бисквиты пшеничные (выпечка), жасо фф 1 категория (выпечка), жасо фф 1 категория (выпечка), жасо фф 1 категория (выпечка)	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 картофель очищенный (выпечка), молоко, ж.с (выпечка), масло сливочное выс. (выпечка), соль йодированная выс. (выпечка)	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 сахар выс. (выпечка), чай, ж.с (выпечка)	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.картами

Старший повар

Руководитель
образовательного
учреждения

Н.В. Гасникова