

(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			
90	Биточки пикантные 90 <i>(нов)</i> <small>биточки пикантные (школа), масло подсолнечное, кг (школа)</small>	Калорийность-340, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-7	53-00
150	Картофельное пюре 150 <small>картофель очищенный (школа), молоко, кг (школа), масло сливочное вес. (школа), соль йодированная вес. (школа)</small>	Калорийность-168, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24	24-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар-песок, чай черный</small>	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		Калорийность-683, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-68	89-00
Итого за день		Калорийность-683, Белки-27, Жиры-32, Углеводы-68	89-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

ООО "Русский торговый дом"

Н.В. Гасникова

22.10.2024

(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	Салат из свеклы с сыром 100 <small>свекла, сыр п-твердый детский, масло подсолнечное дп</small>	Калорийность-236, Белки-5, Жиры-21, Углеводы-6	32-00
250	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне 250 <small>картофель очищенный п/ф, макаронные изделия яичные (вермишель), морковь очищенная, лук репчатый очищенный, мясо цб 1 категории (бедро, тушка), масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-21	21-00
90	Шницель (цех) 90 <small>масло подсолнечное, кг (школа), шницель из свинины (школа)</small>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <small>макаронные изделия группы а фигурные, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, масло сливочное обогащенное</small>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный 30 <small>томатная паста, кг (школа), морковь очищенная (школа), масло сливочное вес. (школа), мука вес. (школа), лук очищенный (школа), масло подсолнечное, кг (школа), соль йодированная вес. (школа), сахар вес. (школа), лист лавровый, кг (школа)</small>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 <small>сахар-песок, чай черный</small>	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-1 026, Белки-34, Жиры-46, Углеводы-113	145-00
Итого за день		Калорийность-1 026, Белки-34, Жиры-46, Углеводы-113	145-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех. картами

Старший повар

Руководитель
образовательно
го учреждения

Н.В. Гасникова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	Рыба (мигтай) в омлете <i>горбуша потрошенная, мука пшеничная в/с обогащенная, яйцо диетическое, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упаковке, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</i>	Калорийность-249, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-21	72-00
90	Бризоль куриная <i>мясо цб 1 категории (грудка), мука пшеничная в/с обогащенная, масло подсолнечное дп, яйцо диетическое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, перец черный молотый</i>	Калорийность-345, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-10	75-00
Итого за		Калорийность-594, Белки-37, Жиры-35, Углеводы-31	147-00
Итого за день		Калорийность-594, Белки-37, Жиры-35, Углеводы-31	147-00

Блюда
приготовлены в
соответствии с
тех.картами

Старший повар

Handwritten signature

Руководитель
образовательно
го учреждения



Н.В. Гасникова