

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ(овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	из. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), минеральные вещества (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
90	Котлеты Особые(цех) мясо выделочное, из филе(ов), котлеты особые из куриных окорочков	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия группы а фасованные, соевый белок(ов) с консервированным мясом, масло сливочное обжаренное	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный помидоры свежие, из филе(ов), морковь-отварная (филе), масло сливочное из филе(ов), укроп(ов) свежий (филе), масло подсолнечное, из филе(ов), соевый белок(ов) из филе(ов), сахар из филе(ов), соль из филе(ов)	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар из филе(ов), чай, из филе(ов)	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.)			87-00
Обед (овз+инв.)			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 свиная окорок(ов) филе(ов), капуста-отварная (филе), картофель-отварной (филе), морковь-отварная (филе), лук-отварной (филе), сметана из филе(ов), масло из филе(ов), лук из филе(ов), морковь (филе), масло подсолнечное, из филе(ов), помидоры свежие, из филе(ов), сахар из филе(ов), соевый белок(ов) из филе(ов)	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с лимоном и сахаром сахар из филе(ов), лимон из филе(ов), чай, из филе(ов)	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
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			127-00

Если за
предоплатой в
соответствии с
этими картами

Старший повар

ООО "Русский паровозик дом"



Н.В. Гасникова

06.02.2025

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

Выход (г)	Наименование блюда	из. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), минеральные вещества (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед (только 37руб.)			
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 свиная окорок(ов) филе(ов), капуста-отварная (филе), картофель-отварной (филе), морковь-отварная (филе), лук-отварной (филе), сметана из филе(ов), масло из филе(ов), лук из филе(ов), морковь (филе), масло подсолнечное, из филе(ов), помидоры свежие, из филе(ов), сахар из филе(ов), соевый белок(ов) из филе(ов)	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
200	Чай с лимоном и сахаром сахар из филе(ов), лимон из филе(ов), чай, из филе(ов)	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
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

Если за
предоплатой в
соответствии с
этими картами

Старший повар

ООО "Русский паровозик дом"



Н.В. Гасникова

06.02.2025

(КОГОВУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	из. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), минеральные вещества (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
90	Котлеты Особые(цех) мясо выделочное, из филе(ов), котлеты особые из куриных окорочков	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия группы а фасованные, соевый белок(ов) с консервированным мясом, масло сливочное обжаренное	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный помидоры свежие, из филе(ов), морковь-отварная (филе), масло сливочное из филе(ов), укроп(ов) свежий (филе), масло подсолнечное, из филе(ов), соевый белок(ов) из филе(ов), сахар из филе(ов), соль из филе(ов)	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром 200 сахар из филе(ов), чай, из филе(ов)	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)			87-00
Итого за день			87-00

Если за
предоплатой в
соответствии с
этими картами

Старший повар

ООО "Русский паровозик дом"



Н.В. Гасникова

(КОГБУ СШ ПГТ КУМЕНИ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), минеральные (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
90	Котлеты Особые(цех) масса готового блюда, из фарша, котлеты особые из куриных окорочков	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	58-00
150	Изделия макаронные отварные 150 макаронные изделия сухие и фарш, с мяс. добавлением с помидорами с соевым соусом и петрушкой, салат с майонез. обжаренный	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный 30 масса готов. блюда, из фарша, куриного-окорочков(белая), масса сырого мяса, соус: томатный, лук-чесн. (фарш) (куриный фарш), масса готового блюда, из фарша) саль-доброе(масса мяс. фарш), салат с майонез. обжаренный	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Чай с сахаром сахар-песк. (белый), чай, из (белый)	Калорийность-36, Углеводы-9	5-00
30	Хлеб пшеничный / Кумени	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный /Кумени	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
	Итого за Завтрак	Калорийность-440, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-85	87-00
	Итого за день	Калорийность-1000, Белки-50, Жиры-30, Углеводы-185	87-00

Возле
проемтов арки и
соединяются с
полками

ООО "Русский народный дом"

Cryptosporidium *is* **common**

(КОГОБУ СШ ПУТ. КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выпуск (к)	Наименование блюда	Калорийность (ккал) / Белки-Жиры-Углеводы (г)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100	Салат картофельный с сельдью 100 <i>картофель, сельдь мк, лук репчатый, масло подсолнечное рап, соль йодированная с повышенным содержанием йода</i>	Калорийность-124, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-13	37-00
250	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне 250 <i>свиная вырезка (фасетка), капуста свежая (фасетка), картофель свежий (фасетка), морковь свежая (фасетка), лук репчатый (фасетка), сметана 10%-1, картофель (фасетка), капуста (фасетка), лук репчатый (фасетка), фасоль (фасетка), масло подсолнечное, кг (фасетка), томатная паста, кг (фасетка), сахар-песк. (фасетка), соль йодированная мк (фасетка)</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13	25-00
100	Гуляш из свинины 60/40 <i>свиная вырезка кубиками (фасетка), лук репчатый (фасетка), морковь свежая (фасетка), масло подсолнечное, кг (фасетка), томатная паста, кг (фасетка), мука мк (фасетка), соль йодированная мк (фасетка)</i>	Калорийность-192, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-3	68-00
150	Каша гречневая рассыпчатая 150 <i>греч. пропаренная каша с маслом обжаренное, соль йодированная с повышенным содержанием йода</i>	Калорийность-246, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-40	15-00
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар-песк. (фасетка), лимон мк (фасетка), чай, кг (фасетка)</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
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-863, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-106	160-00
	Итого за день	Калорийность-863, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-106	160-00

[illegible]

Crayfish group

Н.В. Гасникова

