

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	ж. бел. (г/100г), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Бутерброд с сыром 30/10 <i>хлеб пшеничный 9.45 /кумены, сыр в тертый боксид</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
230	Каша пшеничная молочная жидкая 220/10 <i>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в мод упаковке, мука пшеница мягкая высшего сорта, сахар-песок, соль, ванилин</i>	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар-песок, лимонный сок, чай, вода</i>	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумены	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
200	Сок фруктовый 0,2 <i>яблочный сок, сахар-песок, лимонная кислота</i>	Калорийность-370, Углеводы-141	=
Итого за Завтрак		Калорийность-965, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-213	67-00
Итого за день		Калорийность-965, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-213	67-00

Бюджет
приведенный
в соответствии
с тарифамиСторонний
подпись

ООО "Русский торговый дом"

Н.В. Гасникова

10.02.2025

(КОГОВУ СШ ПГТ КУМЕНЫ 12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	ж. бел. (г/100г), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
103	Салат из моркови <i>салат из моркови, масло подсолнечное, квас (кисло-сладкий)</i>	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-24	20-00
250	Рассольник Ленинградский на курином бульоне 250 <i>картофель очищенный (кусочками), куриный бульон, квас (кисло-сладкий), морковь отварная (кусочками), сметана, квас (кисло-сладкий), лук отварной (кусочками), зелень петрушки, квас (кисло-сладкий), яйцо вар. (кусочками), масло подсолнечное, квас (кисло-сладкий), соль, ванилин</i>	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	27-00
90	Шницель (цех) 90 <i>мясо поджаренное, квас (кисло-сладкий), морковь и сметана (кусочками)</i>	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Изделия макаронные отварные 150 <i>макаронные изделия (трубочки), соус томатный с консервированными помидорами, масло сливочное</i>	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-33	12-00
30	Соус томатный <i>паста томатная, квас (кисло-сладкий), морковь отварная (кусочками), масло сливочное, квас (кисло-сладкий), мука, квас (кисло-сладкий), лук отварной (кусочками), масло подсолнечное, квас (кисло-сладкий), соль, ванилин, сахар-песок, квас (кисло-сладкий), вода</i>	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Компот из яблок свежих и изюма <i>яблоки квас (кисло-сладкий), сахар-песок, изюм, квас (кисло-сладкий)</i>	Калорийность-68, 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-1905, Белки-31, Жиры-36, Углеводы-133	146-00
Итого за день		Калорийность-1905, Белки-31, Жиры-36, Углеводы-133	146-00

Бюджет
приведенный
в соответствии
с тарифамиСторонний
подпись

Н.В. Гасникова

(КОГ ОБУ СШ пгт КУМЕНЫ (овз+инв))

Выход (г)	Наименование блюда	м. при. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г) (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (овз+инв.)			
40	Бутерброд с сыром 30/10	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
	Кумы		
230	Каша пшенная молочная жидкая 220/10	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (овз+инв.)			67-00
Обед (овз+инв.)			
250	Рассольник Ленинградский 250	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17	27-00
90	Шницель (цех) 90	Калорийность-256, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-12	63-00
150	Изделия макаронные отварные 150	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-35	12-00
30	Соус томатный	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	5-00
200	Компот из яблок свежих и изюма	Калорийность-68, Углеводы-16	12-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Кумы	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед (овз+инв.)			126-00
Итого за день			193-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологиейСторож
посуды

ООО "Русский перелетный дом"

Н.В. Гасникова

10.02.2025

(КОГ ОБУ СШ пгт КУМЕНЫ (только 37руб.))

Выход (г)	Наименование блюда	м. при. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г) (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед (только 37руб.)			
250	Рассольник Ленинградский 250	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17	27-00
200	Компот из яблок свежих и изюма	Калорийность-68, Углеводы-16	12-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
30	Хлеб ржано-пшеничный / Кумы	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	3-00
Итого за Обед (только 37руб.)			46-00
Итого за день			46-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологиейСторож
посуды

ООО "Русский перелетный дом"

Н.В. Гасникова

10.02.2025

(КОГ ОБУ СШ пгт КУМЕНЫ (СВО))

Выход (г)	Наименование блюда	м. при. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г) (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак (СВО)			
40	Бутерброд с сыром 30/10	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10	20-00
	Кумы		
230	Каша пшенная молочная жидкая 220/10	Калорийность-298, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-38	35-00
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-44, Углеводы-10	8-00
30	Хлеб пшеничный / Кумы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	4-00
Итого за Завтрак (СВО)			67-00
Итого за день			67-00

Блюда
приготовлены
в соответствии
с технологиейСторож
посуды

ООО "Русский перелетный дом"

Н.В. Гасникова