

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Хлеб с сыром 30/10 (№ рецептуры 170) <i>хлеб пшеничный, сыр п-твёрдый детский</i>	кКал-124, Бел-5, Жир-4, Угл-14, Са-107, Mg-14, Fe-1	14-00
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-245, Бел-8, Жир-11, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	39-62
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <i>молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, сахар-песок, кофейный напиток обогащенный др</i>	кКал-122, Бел-2, Жир-2, Угл-25, А-10, С-11, Са-69, Mg-9	13-49
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-574, Бел-17, Жир-17, Угл-111, А-65, С-13, Са-353, Mg-84, Fe-3	70-11
	Итого за день	кКал-574, Бел-17, Жир-17, Угл-111, А-65, С-13, Са-353, Mg-84, Fe-3	70-11

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
30	Зеленый горошек(гарнировка) (№ рецептуры 18)	кКал-12, Бел-1, Угл-2, С-3, Са-6, Mg-6	9-20
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131) <i>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обогащенное</i>	кКал-201, Бел-2, Жир-2, Угл-17, А-15, С-17, Са-59, Mg-29, Fe-1	31-03
100	Котлета Особая и (№ рецептуры 245) <i>свинына, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло подсолнечное др, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-81, Бел-3, Жир-1, Угл-14, С-12, Е-1, Са-64, Mg-37, Fe-1	51-88
180	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <i>картофель, молоко ультрапастеризованное обогащенное в инд упак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-227, Бел-4, Жир-11, Угл-27, А-76, С-32, Са-55, Mg-41, Fe-2	38-61
200	Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01) <i>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</i>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	8-77
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-741, Бел-14, Жир-14, Угл-105, А-91, С-64, Е-1, Са-212, Mg-137, Fe-6	144-88
	Итого за день	кКал-741, Бел-14, Жир-14, Угл-105, А-91, С-64, Е-1, Са-212, Mg-137, Fe-6	144-88

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами  С.А.АрдашеваДиректор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны  Н.В.Гасникова

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным (№ рецептуры 117) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шд утас, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-245, Бел-8, Жир-11, Угл-58, А-55, С-2, Са-170, Mg-51, Fe-1	39-62
200	Кофейный напиток с молоком (№ рецептуры 164) <small>молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шд утас, сахар-песок, кофейный напиток обезжиренный дп</small>	кКал-122, Бел-2, Жир-2, Угл-25, А-10, С-11, Са-69, Mg-9	13-49
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
520	Итого за Завтрак	кКал-574, Бел-17, Жир-17, Угл-111, А-65, С-13, Са-353, Mg-84, Fe-3	56-11
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131) <small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, масло сливочное обезжиренное</small>	кКал-201, Бел-2, Жир-2, Угл-17, А-15, С-17, Са-59, Mg-29, Fe-1	31-03
100	Котлета Особая и (№ рецептуры 245) <small>свинина, лук репчатый, хлеб пшеничный, сушари панирочевые, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-81, Бел-3, Жир-1, Угл-14, С-12, Е-1, Са-64, Mg-37, Fe-1	51-88
180	Картофельное пюре (№ рецептуры 2) <small>картофель, молоко ультрапастеризованное обезжиренное в шд утас, масло сливочное обезжиренное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</small>	кКал-227, Бел-4, Жир-11, Угл-27, А-76, С-32, Са-55, Mg-41, Fe-2	38-61
200	Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01) <small>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</small>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	8-77
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
820	Итого за Обед	кКал-741, Бел-14, Жир-14, Угл-105, А-91, С-64, Е-1, Са-212, Mg-137, Fe-6	135-68
	Итого за день	кКал-741, Бел-14, Жир-14, Угл-105, А-91, С-64, Е-1, Са-212, Mg-137, Fe-6	191-79

КОГОбУ СШ пгт. Кумёны МАЛООБЕСПЕЧЕННЫЕ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный с рыбными консервами (№ рецептуры 131) <small>картофель, консервы рыбные, лук репчатый, морковь, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, крупа рисовая, ма-ло сливочное обезжиренное</small>	кКал-201, Бел-2, Жир-2, Угл-17, А-15, С-17, Са-59, Mg-29, Fe-1	31-03
200	Компот из яблок и изюма (№ рецептуры 4,01) <small>сахар-песок, яблоки, изюм, кислота лимонная</small>	кКал-76, Угл-19, Са-15, Mg-5	8-77
30	Хлеб пшеничный (№ рецептуры 184)	кКал-83, Бел-2, Угл-14, Са-7, Mg-10, Fe-1	3-00
30	хлеб ржано-пшеничный (№ рецептуры 143)	кКал-61, Бел-2, Угл-12, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
	Итого за Обед	кКал-741, Бел-14, Жир-14, Угл-105, А-91, С-64, Е-1, Са-212, Mg-137, Fe-6	45-19

Все блюда приготовлены в соответствии с технологическими картами С.А. С.А.Ардашева

Директор КОГОбУ СШ пгт. Кумёны Н.В.Гасникова Н.В.Гасникова