ООО Русский торговый дом

12.09.2022

Кумёнская СОШ 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 маслом 30/10** *хлеб пшеничный, масло сливочное обогащенное*	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	14-40
230	**Макаронные изделия отварные с сыром** *макароны гр.а, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия*	кКал-451, Бел-15, Жир-24, Угл-50, А-117, Е-2, Са-242, Mg-23, Fe-1	32-85
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай черный*	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	**Хлеб пшеничный**	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
	Итого за Завтрак	кКал-853, Бел-24, Жир-34, Угл-123, А-177, Е-3, Са-284, Mg-67, Fe-5	54-69
	Итого за день	кКал-853, Бел-24, Жир-34, Угл-123, А-177, Е-3, Са-284, Mg-67, Fe-5	54-69

ООО Русский торговый дом

12.09.2022

Кумёнская СОШ 12 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100	**Салат из белокачанной капусты с кукурузой** *капуста белокачанная, кукуруза консервированная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия*	кКал-150, Бел-3, Жир-7, Угл-18, С-32, Е-3, Са-43, Mg-28, Fe-1	35-13
250	**Щи из свежей капусты со сметаной** *капуста белокачанная, картофель, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, морковь, сметана 15%, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия*	кКал-116, Бел-4, Жир-7, Угл-9, А-15, С-31, Е-2, Са-58, Mg-26, Fe-1	30-43
110	**Зразы школьные 80/30** *грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, вода, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, яйцо столовое, масло подсолнечное дп, морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок*	кКал-215, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-16, С-2, Е-3, Са-20, Mg-21, Fe-2	48-82
180	**Каша гречневая рассыпчатая л** *крупа гречневая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия*	кКал-277, Бел-9, Жир-8, Угл-43, А-37, Е-1, Са-24, Mg-151, Fe-5	21-42
200	**Чай с сахаром** *сахар-песок, чай черный*	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	**Хлеб пшеничный**	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	**хлеб ржано-пшеничный**	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
	Итого за Обед	кКал-1 068, Бел-36, Жир-37, Угл-150, А-69, С-65, Е-10, Са-185, Mg-269, Fe-13	145-63
	Итого за день	кКал-1 068, Бел-36, Жир-37, Угл-150, А-69, С-65, Е-10, Са-185, Mg-269, Fe-13	145-63

Н.В. Гасникова

Директор

ст повар

Все блюда приготов соотв с гиг нор

ООО Русский торговый дом 12.09.202

Кумёнская СОШ 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 маслом 30/10** хлеб пшеничный, масло сливочное обогащенное	кКал-145, Бел-2, Жир-9, Угл-15, А-59, Са-8, Mg-10, Fe-1	14-40
230	**Макаронные изделия отварные с сыром** макароны гр.а, сыр п-твердый детский, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	кКал-451, Бел-15, Жир-24, Угл-50, А-117, Е-2, Са-242, Mg-23, Fe-1	32-85
200	**Чай с сахаром** сахар-песок, чай черный	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	**Хлеб пшеничный**	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
	Итого за Завтрак	кКал-853, Бел-24, Жир-34, Угл-123, А-177, Е-3, Са-284, Mg-67, Fe-5	54-69
	Итого за день	кКал-853, Бел-24, Жир-34, Угл-123, А-177, Е-3, Са-284, Mg-67, Fe-5	54-69

ООО Русский торговый дом 12.09.202

Кумёнская СОШ 12 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (ру
	Обед		
100	**Салат из белокачанной капусты с кукурузой** капуста белокачанная, кукуруза консервированная, масло подсолнечное дп, сахар-песок, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	кКал-150, Бел-3, Жир-7, Угл-18, С-32, Е-3, Са-43, Mg-28, Fe-1	35-13
250	**Щи из свежей капусты со сметаной** капуста белокачанная, картофель, мясо цыплят-бройлеров 1 категории тушка, морковь, сметана 15%, лук репчатый, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	кКал-116, Бел-4, Жир-7, Угл-9, А-15, С-31, Е-2, Са-58, Mg-26, Fe-1	30-43
110	**Зразы школьные 80/30** грудка цыплят-бройлеров 1 категории замороженное, вода, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, яйцо столовое, масло подсолнечное дп, морковь, мука пшеничная в/с обогащенная, томат-паста, соль йодированная с пониженным содержанием натрия, сахар-песок	кКал-215, Бел-12, Жир-14, Угл-11, А-16, С-2, Е-3, Са-20, Mg-21, Fe-2	48-82
180	**Каша гречневая рассыпчатая л** крупа гречневая, масло подсолнечное дп, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	кКал-277, Бел-9, Жир-8, Угл-43, А-37, Е-1, Са-24, Mg-151, Fe-5	21-42
200	**Чай с сахаром** сахар-песок, чай черный	кКал-61, Угл-18, А-1, Са-15, Mg-6, Fe-1	4-44
30	**Хлеб пшеничный**	кКал-196, Бел-7, Жир-1, Угл-40, Е-1, Са-19, Mg-28, Fe-2	3-00
30	**хлеб ржано-пшеничный**	кКал-53, Бел-1, Угл-11, Са-6, Mg-9, Fe-1	2-39
	Итого за Обед	кКал-1 068, Бел-36, Жир-37, Угл-150, А-69, С-65, Е-10, Са-185, Mg-269, Fe-13	145-63
	Итого за день	кКал-1 068, Бел-36, Жир-37, Угл-150, А-69, С-65, Е-10, Са-185, Mg-269, Fe-13	145-63

Н.В. Гасникова

Директор

ст повар

Все блюда приготов соотв с гг сан пат