

МУН "КШП"

07.09.2022

Школы (Младшие классы.)

Выход (г.)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминизация (мкг), минерализация (мкг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
180/5	Каша вязкая молочная пшеничная 180/5	Калорийность-259, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-34	
60	Сырники из творога 60	Калорийность-152, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-14	
200	Кофейный напиток на молоке 200	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-620, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-83	59-76
Обед1			
200/10	Рассольник "Ленинградский" 200/10	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
60	Тефтели куриные 60	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-9	
180	Рагу из овощей 180	Калорийность-238, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-19	
200	Напиток из замороженной компотной смеси 200	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
Итого за Обед1		Калорийность-632, Белки-24, Жиры-27, Углеводы-60	67-12
Итого за день		Калорийность-1 252, Белки-49, Жиры-45, Углеводы-141	126-88

Школы (Старшие классы.)

Выход (г.)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминизация (мкг), минерализация (мкг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
60	Сырники из творога 60	Калорийность-152, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-14	
200/10	Каша вязкая молочная пшеничная 200/10	Калорийность-288, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38	
200	Кофейный напиток на молоке 200	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-76, Белки-3, Углеводы-15	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-689, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-94	67-21
Обед2			
250/10	Рассольник "Ленинградский" 250/10	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
60	Тефтели куриные 60	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-9	
200	Рагу из овощей 200	Калорийность-264, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-21	
200	Напиток из замороженной компотной смеси 200	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-720, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-81	77-54
Итого за день		Калорийность-1 409, Белки-54, Жиры-52, Углеводы-175	144-75

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.

Бухгалтер-
калькулятор

Алексеева А.А.