

МУП "КШП"

04.02.2022

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
50	Свекла отварная порционная 50	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	
35/50	Гуляш из мяса птицы 35/50	Калорийность-112, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-3	
150/6	Макаронные изделия отварные 150/4	Калорийность-205, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из яблок и вишни 200	Калорийность-43, Углеводы-10	
32	Хлеб пшеничный	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-519, Белки-21, Жиры-14, Углеводы-74	
Обед1			
25/200	Уха с крупой 25/200	Калорийность-85, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-11	
60	Тефтели из говядины с рисом 60	Калорийность-134, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-5	
30	Соус томатный 30	Калорийность-21, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
150	Рис припущенный 150	Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
42	Хлеб пшеничный	Калорийность-80, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед1		Калорийность-610, Белки-25, Жиры-17, Углеводы-88	
Итого за день		Калорийность-1 129, Белки-46, Жиры-31, Углеводы-162	

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
70	Свекла отварная порционная 70	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	
35/50	Гуляш из мяса птицы 35/50	Калорийность-112, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-3	
200/11	Макаронные изделия отварные 200	Калорийность-275, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-44	
200	Напиток из яблок и вишни 200	Калорийность-43, Углеводы-10	
32	Хлеб пшеничный	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-625, Белки-24, Жиры-16, Углеводы-91	
Обед2			
25/250	Уха с крупой 25/250	Калорийность-106, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-14	
60	Тефтели из говядины с рисом 60	Калорийность-134, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-5	
30	Соус томатный 30	Калорийность-21, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-3	
200	Рис припущенный 200	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
7	Масло сливочное порционно	Калорийность-52, Жиры-6	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед2		Калорийность-786, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-110	
Итого за день		Калорийность-1 411, Белки-53, Жиры-41, Углеводы-201	

Директор *Абрамова Т.Ю.* Технол. *Ахметзянова М.Р.* Бухгалтер-калькулятор *Александрова А.А.*

