

МУП "КШП"

17.05.2022

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак1		
30	Свекла отварная порционная 30	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2
50	Тефтели рыбные 50	Калорийность-127, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9
180	Картофельное пюре 180	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-483, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-69
Обед1		
200	Суп картофельный с клецками 200	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-11
25/200	Плов 25/200	Калорийность-399, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-43
200	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200	Калорийность-76, Углеводы-20
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-13
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17
Итого за Обед1		Калорийность-717, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-104
Итого за день		Калорийность-1 200, Белки-44, Жиры-36, Углеводы-173

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак2		
30	Свекла отварная порционная 30	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2
50	Тефтели рыбные 50	Калорийность-127, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9
200	Картофельное пюре 200	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
30	Печенье	Калорийность-125, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-606, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-90
Обед2		
250	Суп картофельный с клецками 250	Калорийность-118, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-14
25/200	Плов 25/200	Калорийность-399, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-43
200	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200	Калорийность-76, Углеводы-20
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-76, Белки-3, Углеводы-15
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17
Итого за Обед2		Калорийность-917, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-139
Итого за день		Калорийность-1 523, Белки-51, Жиры-45, Углеводы-228

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметиянова

Бухгалтер

Алексеева А.А.

