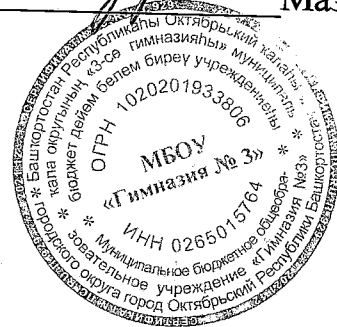


101 ОКТЯБРЬСКИЙ ООО

22.01.2025

Школы (Младшие классы.)



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Горячий завтрак1

90	Рыбные палочки с соусом	Калорийность-192, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-16	
154	Макаронные изделия отварные	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-561, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-84	

Обед1

200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-26	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре	Калорийность-251, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-52	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед1		Калорийность-753, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-142	

Итого за день Калорийность-1314, Белки-47, Жиры-35,
Углеводы-225

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Горячий завтрак2

90	Рыбные палочки с соусом	Калорийность-192, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-16	
210	Макаронные изделия отварные	Калорийность-269, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-44	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-628, Белки-23, Жиры-16, Углеводы-95	

Обед2

250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
200	Картофельное пюре	Калорийность-208, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-704, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-128	

Итого за день Калорийность-1333, Белки-48, Жиры-40,
Углеводы-223

Директор: Абрамова Т.Ю. Технолог: Сабитова К.Ю. Бухгалтер-каль-
кулятор: Мелентьева Т.Ю.