

09.12.2021

МУП "КШП"

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
50	Тефтели рыбные 50	Калорийность-127, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9	
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-146, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-20	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
1 шт	Яблоко	Калорийность-63, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13	
	яблоки, соль		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-461, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-68	
Обед1			
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10	Калорийность-113, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	
25/180	Плов 25/180	Калорийность-266, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-29	
200	Сок в ассортименте 0,2л	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед1		Калорийность-996, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-171	
Итого за день		Калорийность-1 457, Белки-42, Жиры-33, Углеводы-238	

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
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	
1 шт	Яблоко	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
	яблоки, соль		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11	
35	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-72, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-520, Белки-17, Жиры-14, Углеводы-79	
Обед2			
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10	Калорийность-113, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	
30/200	Плов 30/200	Калорийность-354, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-39	
200	Сок в ассортименте 0,2л	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед2		Калорийность-1 084, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-180	
Итого за день		Калорийность-1 604, Белки-47, Жиры-38, Углеводы-259	



Директор  Абрамова Т.Ю.

Технолог  М.Р. Ахметзянова

Бухгалтер-калькулятор  Алексеева А.А.