

ММЛ КШП

03.10.2024

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
60	Салат "Осенний"	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10	
205	Жаркое по-домашнему	Калорийность-292, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-37	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржанно-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-529, Белки-18, Жиры-23, Углеводы-83	
Обед1			
60	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-6	
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-26	
175	Плов	Калорийность-345, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-40	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-28	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржанно-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	
Итого за Обед1		Калорийность-813, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-125	
Итого за день		Калорийность-1342, Белки-41, Жиры-50, Углеводы-207	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
100	Салат "Осенний"	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16	
225	Жаркое по-домашнему	Калорийность-426, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-23	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржанно-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-705, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-75	
Обед2			
100	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-10	
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	
205	Плов	Калорийность-393, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-48	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-28	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржанно-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед2		Калорийность-962, Белки-27, Жиры-34, Углеводы-151	
Итого за день		Калорийность-1667, Белки-60, Жиры-67, Углеводы-226	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова

Бухгалтер-кассир

Мельникова Т.Ю.

