

18.05.2022

МУП "КШП"

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак1		
200	Сок в ассортименте 0,2л	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101
60	Сырники из творога 60	Калорийность-152, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-14
150/4	Каша рисовая молочная жидкая 150/4	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-882, Белки-22, Жиры-13, Углеводы-162

Обед1

200/10	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/10	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-8
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-146, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-20
50	Тефтели куриные 50	Калорийность-131, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-8
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 Обед1		Калорийность-583, Белки-19, Жиры-20, Углеводы-77
Итого за день		Калорийность-1 464, Белки-41, Жиры-33, Углеводы-239

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак2		
200	Сок в ассортименте 0,2л	Калорийность-460, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-101
60	Сырники из творога 60	Калорийность-152, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-14
180/6	Каша рисовая молочная жидкая 180/5	Калорийность-175, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
25	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-10
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-922, Белки-23, Жиры-14, Углеводы-169

Обед2

250/10	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	Калорийность-127, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-9
200	Картофельное пюре 200	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26
50	Тефтели куриные 50	Калорийность-131, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-8
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
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-628, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-81
Итого за день		Калорийность-1 549, Белки-44, Жиры-36, Углеводы-250

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова М.Р.

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.

