

19.04.2022

МУП «КШП»

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак1		
50	Свекла отварная порционная 50	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
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
28	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-12
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-474, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-65
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-1191, Белки-44, Жиры-37, Углеводы-170

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак2		
50	Свекла отварная порционная 50	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
50	Тефтели рыбные 50	Калорийность-127, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-9
200	Картофельное пюре 200	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26
7	Масло сливочное порционно	Калорийность-52, Жиры-6
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 завтрак2		Калорийность-528, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-65
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-1445, Белки-48, Жиры-48, Углеводы-204

Директор  Абрамова Т.Ю.

Технолог  М.Р. Ахметжанова

Бухгалтер-калькулятор  А.А. Алексеева