

КП ОКТЯБРЬСКИЙ 000

20.05.2026

**Школы (Младшие классы.)**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Горячий завтрак1</b>   |                                              |                                                                             |                   |
| 60                        | Салат "Осенний" 60                           | Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10                               |                   |
| 180                       | Плов 180                                     | Калорийность-353, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-41                            |                   |
| 200                       | Кисель фруктовый 200                         | Калорийность-87, Углеводы-21                                                |                   |
| 30                        | Хлеб пшеничный для детского питания 30       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                   |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30 | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| Итого за Горячий завтрак1 |                                              | Калорийность-650, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-102                           |                   |
| <b>Обед1</b>              |                                              |                                                                             |                   |
| 200                       | Суп картофельный с бобовыми 200              | Калорийность-150, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-26                              |                   |
| 90                        | Гуляш из говядины 90                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                   |
| 155                       | Каша гречневая вязкая 155                    | Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36                              |                   |
| 200                       | Напиток из изюма 200                         | Калорийность-84, Углеводы-20                                                |                   |
| 30                        | Хлеб пшеничный для детского питания 30       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                   |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30 | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| Итого за Обед1            |                                              | Калорийность-844, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-115                           |                   |
| Итого за день             |                                              | Калорийность-1 494, Белки-53, Жиры-50, Углеводы-217                         |                   |

**Школы (Старшие классы.)**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Горячий завтрак2</b>   |                                              |                                                                             |                   |
| 100                       | Салат "Осенний" 100                          | Калорийность-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16                              |                   |
| 200                       | Плов 200                                     | Калорийность-385, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-47                            |                   |
| 200                       | Кисель фруктовый 200                         | Калорийность-87, Углеводы-21                                                |                   |
| 40                        | Хлеб пшеничный для детского питания 40       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                   |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30 | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| Итого за Горячий завтрак2 |                                              | Калорийность-751, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-119                           |                   |
| <b>Обед2</b>              |                                              |                                                                             |                   |
| 250                       | Суп картофельный с бобовыми 250              | Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23                              |                   |
| 90                        | Гуляш из говядины 90                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                   |
| 187                       | Каша гречневая вязкая 187                    | Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             |                   |
| 200                       | Напиток из изюма 200                         | Калорийность-84, Углеводы-20                                                |                   |
| 40                        | Хлеб пшеничный для детского питания 40       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                   |
| 40                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40 | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       |                   |
| Итого за Обед2            |                                              | Калорийность-935, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-130                           |                   |
| Итого за день             |                                              | Калорийность-1 686, Белки-59, Жиры-56, Углеводы-249                         |                   |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Собитова К.Ю.

Бухгалтер-калькулятор

Александр А.А.