

МУП "КШП"

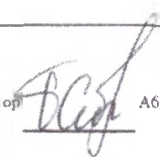
08.09.2022

## 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                        | Цыплята отварные 60               | Калорийность-92, Белки-19, Жиры-1, Углеводы-1                               |                   |
| 180/5                     | Макаронные изделия отварные 180/5 | Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39                              |                   |
| 200                       | Чай с сахаром 200                 | Калорийность-27, Углеводы-7                                                 |                   |
| 1 шт                      | Яблоко                            | Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13                               |                   |
| 30                        | Хлеб пшеничный                    | Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11                                       |                   |
| 20                        | Хлеб ржано-пшеничный              | Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8                                        |                   |
| Итого за Горячий завтрак1 |                                   | Калорийность-520, Белки-30, Жиры-7, Углеводы-78                             | 59-76             |
| <b>Обед1</b>              |                                   |                                                                             |                   |
| 250                       | Суп-лапша домашняя 250            | Калорийность-96, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12                               |                   |
| 180                       | Рис припущенный 180               | Калорийность-242, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-42                              |                   |
| 50                        | Рыба запеченная 50                | Калорийность-69, Белки-32, Жиры-4, Углеводы-1                               |                   |
| 200                       | Чай с сахаром и лимоном           | Калорийность-28, Углеводы-7                                                 |                   |
| 20                        | Хлеб ржано-пшеничный              | Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8                                        |                   |
| 30                        | Хлеб пшеничный                    | Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11                                       |                   |
| Итого за Обед1            |                                   | Калорийность-534, Белки-43, Жиры-15, Углеводы-80                            | 67-12             |
| Итого за день             |                                   | Калорийность-1 053, Белки-73, Жиры-23, Углеводы-159                         | 126-88            |

## Школы (Старшие классы.)

| Выход (г)                 | Наименование блюда                | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Горячий завтрак2</b>   |                                   |                                                                             |                   |
| 60                        | Цыплята отварные 60               | Калорийность-92, Белки-19, Жиры-1, Углеводы-1                               |                   |
| 200/7                     | Макаронные изделия отварные 200/7 | Калорийность-269, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-44                              |                   |
| 200                       | Чай с сахаром 200                 | Калорийность-27, Углеводы-7                                                 |                   |
| 1 шт                      | Яблоко                            | Калорийность-78, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-16                               |                   |
| 30                        | Хлеб пшеничный                    | Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11                                       |                   |
| 20                        | Хлеб ржано-пшеничный              | Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8                                        |                   |
| Итого за Горячий завтрак2 |                                   | Калорийность-563, Белки-31, Жиры-8, Углеводы-86                             | 67-21             |
| <b>Обед2</b>              |                                   |                                                                             |                   |
| 250                       | Суп-лапша домашняя 250            | Калорийность-96, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12                               |                   |
| 200                       | Рис припущенный 200               | Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47                              |                   |
| 50                        | Рыба запеченная 50                | Калорийность-69, Белки-32, Жиры-4, Углеводы-1                               |                   |
| 200                       | Чай с сахаром и лимоном           | Калорийность-28, Углеводы-7                                                 |                   |
| 50                        | Хлеб пшеничный                    | Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19                               |                   |
| 50                        | Хлеб ржано-пшеничный              | Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-21                                      |                   |
| Итого за Обед2            |                                   | Калорийность-660, Белки-47, Жиры-16, Углеводы-105                           | 77-54             |
| Итого за день             |                                   | Калорийность-1 224, Белки-77, Жиры-25, Углеводы-191                         | 144-75            |

Директор  Абрамова Т.Ю.

Технолог  Акхметзянова М.Р.

Бухгалтер-калькулятор 

Алексеева А.А.