

КП ОКТЯБРЬСКИЙ ОО

11.02.2026

**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                               | <b>Салат "Осенний" 60</b>                           | Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10                               |                   |
| 180                              | <b>Плов 180</b>                                     | Калорийность-353, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-41                            |                   |
| 200                              | <b>Кисель фруктовый 200</b>                         | Калорийность-87, Углеводы-21                                                |                   |
| 30                               | <b>Хлеб пшеничный для детского питания 30</b>       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                   |
| 30                               | <b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</b> | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| <b>Итого за Горячий завтрак1</b> |                                                     | Калорийность-650, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-102                           |                   |
| <b>Обед1</b>                     |                                                     |                                                                             |                   |
| 200                              | <b>Суп картофельный с бобовыми 200</b>              | Калорийность-150, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-26                              |                   |
| 90                               | <b>Гуляш из говядины 90</b>                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                   |
| 155                              | <b>Каша гречневая вязкая 155</b>                    | Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36                              |                   |
| 200                              | <b>Напиток из изюма 200</b>                         | Калорийность-84, Углеводы-20                                                |                   |
| 30                               | <b>Хлеб пшеничный для детского питания 30</b>       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                   |
| 30                               | <b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</b> | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| <b>Итого за Обед1</b>            |                                                     | Калорийность-844, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-115                           |                   |
| <b>Итого за день</b>             |                                                     | 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                              | <b>Салат "Осенний" 100</b>                          | Калорийность-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16                              |                   |
| 200                              | <b>Плов 200</b>                                     | Калорийность-385, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-47                            |                   |
| 200                              | <b>Кисель фруктовый 200</b>                         | Калорийность-87, Углеводы-21                                                |                   |
| 40                               | <b>Хлеб пшеничный для детского питания 40</b>       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                   |
| 30                               | <b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</b> | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| <b>Итого за Горячий завтрак2</b> |                                                     | Калорийность-751, Белки-20, Жиры-25, Углеводы-119                           |                   |
| <b>Обед2</b>                     |                                                     |                                                                             |                   |
| 250                              | <b>Суп картофельный с бобовыми 250</b>              | Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23                              |                   |
| 90                               | <b>Гуляш из говядины 90</b>                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                   |
| 187                              | <b>Каша гречневая вязкая 187</b>                    | Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             |                   |
| 200                              | <b>Напиток из изюма 200</b>                         | Калорийность-84, Углеводы-20                                                |                   |
| 40                               | <b>Хлеб пшеничный для детского питания 40</b>       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                   |
| 40                               | <b>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40</b> | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       |                   |
| <b>Итого за Обед2</b>            |                                                     | Калорийность-933, Белки-39, Жиры-31, Углеводы-130                           |                   |
| <b>Итого за день</b>             |                                                     | Калорийность-1 686, Белки-59, Жиры-56, Углеводы-249                         |                   |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.