

МУП "КШП"

27.04.2022

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак1		
50	Тефтели куриные 50	Калорийность-131, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-8
180	Картофельное пюре 180	Калорийность-167, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-24
20	Печенье	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-44
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-533, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-66
Обед1		
30	Свекла отварная порционная 30	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2
200/10	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/10	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-8
25/150	Плов 25/150	Калорийность-310, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-34
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
45	Хлеб пшеничный	Калорийность-86, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17
45	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-19
Итого за Обед1		Калорийность-639, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-85
Итого за день		Калорийность-1 173, Белки-40, Жиры-39, Углеводы-151

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак2		
50	Тефтели куриные 50	Калорийность-131, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-8
200	Картофельное пюре 200	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26
30	Печенье	Калорийность-125, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-614, Белки-18, Жиры-19, Углеводы-80
Обед2		
30	Свекла отварная порционная 30	Калорийность-23, Жиры-1, Углеводы-2
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	Калорийность-127, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-9
25/180	Плов 25/180	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-40
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 Обед2		Калорийность-717, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-93
Итого за день		Калорийность-1 331, Белки-45, Жиры-45, Углеводы-173

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.

Бухгалтер-
калькулятор

Алексеева А.А.