



МУП КШП"

14.02.2024

Школы (Младшие классы.)

| Выход (г)                 | Наименование блюда                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|---------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Горячий завтрак1</b>   |                                         |                                                                                |                               |
| 90                        | Тефтели из говядины с рисом и соусом    | Калорийность-221, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-10                                |                               |
| 150                       | Картофельное пюре                       | Калорийность-152, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-31                                 |                               |
| 200                       | Напиток из замороженной компотной смеси | Калорийность- 21, Белки-1, Углеводы-4                                          |                               |
| 30                        | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                          |                               |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный                    | Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12                                          |                               |
| Итого за Горячий завтрак1 |                                         | Калорийность-533, Белки-18, Жиры-25, Углеводы-74                               |                               |
| <b>Обед1</b>              |                                         |                                                                                |                               |
| 200                       | Суп домашний с куллой                   | Калорийность-67, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7                                   |                               |
| 100                       | Рыба тушеная в томате с овощами         | Калорийность-154, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-4                                 |                               |
| 155                       | Каша гречневая вязкая                   | Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36                                 |                               |
| 200                       | Напиток из смородины                    | Калорийность-35, Углеводы-8                                                    |                               |
| 30                        | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                          |                               |
| 20                        | Хлеб ржано-пшеничный                    | Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8                                           |                               |
| Итого за Обед1            |                                         | Калорийность-614, Белки-27, Жиры-20, Углеводы-79                               |                               |
| Итого за день             |                                         | Калорийность-1 147, Белки-44, Жиры-46, Углеводы-154                            |                               |

Школы (Старшие классы.)

| Выход (г)                 | Наименование блюда                      | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания<br>(руб) |
|---------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Горячий завтрак2</b>   |                                         |                                                                                |                               |
| 90                        | Тефтели из говядины с рисом и соусом    | Калорийность-221, Белки-8, Жиры-16, Углеводы-10                                |                               |
| 200                       | Картофельное пюре                       | Калорийность-208, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-42                                |                               |
| 200                       | Напиток из замороженной компотной смеси | Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4                                           |                               |
| 30                        | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                          |                               |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный                    | Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12                                          |                               |
| Итого за Горячий завтрак2 |                                         | Калорийность-589, Белки-19, Жиры-28, Углеводы-85                               |                               |
| <b>Обед2</b>              |                                         |                                                                                |                               |
| 250                       | Суп домашний с куллой                   | Калорийность-84, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8                                   |                               |
| 100                       | Рыба тушеная в томате с овощами         | Калорийность-154, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-4                                 |                               |
| 187                       | Каша гречневая вязкая                   | Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                                |                               |
| 200                       | Напиток из смородины                    | Калорийность-35, Углеводы-8                                                    |                               |
| 40                        | Хлеб пшеничный                          | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                                 |                               |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный                    | Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12                                          |                               |
| Итого за Обед2            |                                         | Калорийность-724, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-98                               |                               |
| Итого за день             |                                         | Калорийность-1 314, Белки-49, Жиры-51, Углеводы-182                            |                               |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова  
М.Р.

Бухгалтер-каль  
кулятор

Мелентьева  
Т.Ю.