

МУП "КШП"

09.02.2022

**Школы (Младшие классы)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак1		
35/50	Гуляш 35/50	Калорийность-201, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-3
150/4	Макаронные изделия отварные 150/4	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33
200	Напиток из замороженной компотной смеси 200	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-522, Белки-24, Жиры-19, Углеводы-60
Обед1		
25/200	Уха с крупой 25/200	Калорийность-85, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-11
60	Тефтели куриные 60	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-9
150	Рагу из овощей 150	Калорийность-198, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-16
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12
Итого за Обед1		Калорийность-625, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-74
Итого за день		Калорийность-1 147, Белки-51, Жиры-41, Углеводы-134

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак2		
35/50	Гуляш 35/50	Калорийность-201, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-3
200/7	Макаронные изделия отварные 200	Калорийность-269, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-44
200	Напиток из замороженной компотной смеси 200	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-630, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-79
Обед2		
25/250	Уха с крупой 25/250	Калорийность-106, Белки-8, Жиры-2, Углеводы-14
60	Тефтели куриные 60	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-9
180	Рагу из овощей 180	Калорийность-238, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-19
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, 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-706, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-84
Итого за день		Калорийность-1 336, Белки-58, Жиры-46, Углеводы-163

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.