

КП ОКТЯБРЬСКИЙ 000

13.05.2026

**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                        | Салат из свеклы с растительным маслом 60     | Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6                                |                   |
| 180                       | Плов 180                                     | Калорийность-353, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-41                            |                   |
| 200                       | Напиток из изюма 200                         | Калорийность-84, Углеводы-20                                                |                   |
| 40                        | Хлеб пшеничный для детского питания 40       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                   |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30 | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| Итого за Горячий завтрак1 |                                              | Калорийность-683, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-103                           |                   |
| <b>Обед1</b>              |                                              |                                                                             |                   |
| 200                       | Суп картофельный с макаронными изделиями 200 | Калорийность-97, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21                               |                   |
| 90                        | Гуляш из говядины 90                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                   |
| 187                       | Каша гречневая вязкая 187                    | Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             |                   |
| 200                       | Чай с сахаром 200                            | Калорийность-27, Углеводы-7                                                 |                   |
| 30                        | Хлеб пшеничный для детского питания 30       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                   |
| 30                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30 | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                   |
| Итого за Обед1            |                                              | Калорийность-782, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-104                           |                   |
| Итого за день             |                                              | Калорийность-1 464, Белки-52, Жиры-51, Углеводы-207                         |                   |

**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                       | Салат из свеклы с растительным маслом 100    | Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10                              |                   |
| 200                       | Плов 200                                     | Калорийность-385, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-47                            |                   |
| 200                       | Напиток из изюма 200                         | Калорийность-84, Углеводы-20                                                |                   |
| 40                        | Хлеб пшеничный для детского питания 40       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                   |
| 40                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40 | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       |                   |
| Итого за Горячий завтрак2 |                                              | Калорийность-788, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-117                           |                   |
| <b>Обед2</b>              |                                              |                                                                             |                   |
| 250                       | Суп картофельный с макаронными изделиями 250 | Калорийность-121, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26                              |                   |
| 90                        | Гуляш из говядины 90                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                   |
| 210                       | Каша гречневая вязкая 210                    | Калорийность-319, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-48                             |                   |
| 200                       | Чай с сахаром 200                            | Калорийность-27, Углеводы-7                                                 |                   |
| 40                        | Хлеб пшеничный для детского питания 40       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                   |
| 40                        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40 | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       |                   |
| Итого за Обед2            |                                              | Калорийность-886, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-124                           |                   |
| Итого за день             |                                              | Калорийность-1 674, Белки-58, Жиры-58, Углеводы-241                         |                   |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Савитова К.Ю.

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.