

03.03.2022

МУП "КШП"

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак1		
50	Свекла отварная порционная 50	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
60	Цыплята отварные 60	Калорийность-92, Белки-19, Жиры-1, Углеводы-1
180/5	Каша гречневая рассыпчатая 180/5	Калорийность-286, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
25	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-10
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-552, Белки-34, Жиры-13, Углеводы-76
Обед1		
200/10	Рассольник "Ленинградский" 200/10	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12
50	Рыба запеченная 50	Калорийность-69, Белки-32, Жиры-4, Углеводы-1
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-146, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-20
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 Обед1		Калорийность-517, Белки-44, Жиры-15, Углеводы-75
Итого за день		Калорийность-1 068, Белки-78, Жиры-28, Углеводы-150

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак2		
50	Свекла отварная порционная 50	Калорийность-38, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4
60	Цыплята отварные 60	Калорийность-92, Белки-19, Жиры-1, Углеводы-1
180/5	Каша гречневая рассыпчатая 180/5	Калорийность-286, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43
10	Сыр порционно 10	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-598, Белки-36, Жиры-15, Углеводы-78
Обед2		
250/10	Рассольник "Ленинградский" 250/10	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15
50	Рыба запеченная 50	Калорийность-69, Белки-32, Жиры-4, Углеводы-1
200	Картофельное пюре 200	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26
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-581, Белки-45, Жиры-17, Углеводы-84
Итого за день		Калорийность-1 179, Белки-82, Жиры-33, Углеводы-162

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова М.Р.

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.

