

26.03.2025

КП ОКТЯБРЬСКИЙ ООД

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
60	Салат "Осенний"	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10	
180	Плов	Калорийность-353, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-41	
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-590, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-88	
Обед1			
210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-18	
90	Гуляш из говядины	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
155	Каша гречневая вязкая	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-753, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-93	
Итого за день		Калорийность-1 343, Белки-49, Жиры-52, Углеводы-180	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
100	Салат "Осенний"	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16	
200	Плов	Калорийность-385, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-47	
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-666, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-99	
Обед2			
260	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-22	
90	Гуляш из говядины	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
187	Каша гречневая вязкая	Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-874, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-114	
Итого за день		Калорийность-1 540, Белки-55, Жиры-59, Углеводы-214	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-кассир

Молоткина Т.Ю.

