

МУП "КШП"

02.03.2022

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), минералы (мг)
Горячий завтрак1		
10	Сыр порционно 10	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3
180/6	Каша вязкая молочная пшеница 180/5	Калорийность-261, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-34
60	Сырники из творога 60	Калорийность-152, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-14
200	Кофейный напиток на молоке 200	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-639, Белки-26, Жиры-20, Углеводы-82
Обед1		
60	Свекла отварная порционная 60	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5
200/10	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/10	Калорийность-102, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-8
150	Рагу из овощей 150	Калорийность-198, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-16
60	Тефтели куриные 60	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-9
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, 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-686, Белки-26, Жиры-29, Углеводы-75
Итого за день		Калорийность-1 325, Белки-52, Жиры-50, Углеводы-157

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), минералы (мг)
Горячий завтрак2		
15	Сыр порционно 15	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4
200/10	Каша вязкая молочная пшеница 200/10	Калорийность-288, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38
60	Сырники из творога 60	Калорийность-152, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-14
200	Кофейный напиток на молоке 200	Калорийность-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-57, Белки-2, Углеводы-11
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-684, Белки-28, Жиры-25, Углеводы-86
Обед2		
60	Свекла отварная порционная 60	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/10	Калорийность-127, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-9
200	Рагу из овощей 200	Калорийность-264, Белки-12, Жиры-15, Углеводы-21
60	Тефтели куриные 60	Калорийность-157, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-9
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, 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 Обед2		Калорийность-778, Белки-30, Жиры-34, Углеводы-82
Итого за день		Калорийность-1 462, Белки-58, Жиры-60, Углеводы-168

Директор  Абрамова Т.Ю. Техзаказчик  Алексеева М.Р. Бухгалтер-калькулятор  Алексеева А.А.

