

МУП "КШП"

04.04.2022

Школы (Младшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак1		
30/5	Бутерброд с маслом 30/5	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15
25/180	Плов 25/180	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-40
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-707, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-99
Обед1		
200	Суп из овощей 200	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9
60	П/Ф биточки из птицы 60 п/ф биточки из птицы 75, масло подсолнечное	Калорийность-138, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-8
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
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19
35	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-72, Белки-2, Углеводы-14
Итого за Обед1		Калорийность-600, Белки-30, Жиры-13, Углеводы-86
Итого за день		Калорийность-1 307, Белки-52, Жиры-38, Углеводы-185

Школы (Старшие классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Горячий завтрак2		
30/5	Бутерброд с маслом 30/5	Калорийность-109, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15
25/200	Плов 25/200	Калорийность-399, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-43
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-825, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-118
Обед2		
250	Суп из овощей 250	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11
60	П/Ф биточки из птицы 60 п/ф биточки из птицы 75, масло подсолнечное	Калорийность-138, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-8
200/10	Макаронные изделия отварные 200	Калорийность-273, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-44
200	Напиток из замороженной компотной смеси 200	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-76, Белки-3, Углеводы-15
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17
Итого за Обед2		Калорийность-681, Белки-31, Жиры-16, Углеводы-98
Итого за день		Калорийность-1 506, Белки-58, Жиры-43, Углеводы-217

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.

Бухгалтер-
калькулятор

Алексеева А.А.