

18.02.2022

МУП "КШП"

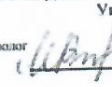
Школы (Младшие классы)

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
25/50	Гуляш из мяса птицы 25/50	Калорийность-105, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-3
150/4	Каша гречневая рассыпчатая 150/4	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36
200	Напиток из яблок и вишни 200	Калорийность-43, Углеводы-10
45	Булочка "Картофельная"	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-465, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-61
Обед1		
200	Суп из овощей 200	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9
75	Тефтели рыбные 75	Калорийность-191, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13
180/5	Макаронные изделия отварные 180	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39
10	Сыр порционно 10	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3
200	Напиток из свежих плодов (яблоки) 200	Калорийность-68, Углеводы-17
41	Хлеб пшеничный	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-15
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12
Итого за Обед1		Калорийность-748, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-106
Итого за день		Калорийность-1 214, Белки-47, Жиры-38, Углеводы-167

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
25/50	Гуляш из мяса птицы 25/50	Калорийность-105, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-3
180/5	Каша гречневая рассыпчатая 180/5	Калорийность-286, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43
200	Напиток из яблок и вишни 200	Калорийность-43, Углеводы-10
45	Булочка "Картофельная"	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-512, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-68
Обед2		
250	Суп из овощей 250	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11
75	Тефтели рыбные 75	Калорийность-191, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13
200/7	Макаронные изделия отварные 200	Калорийность-269, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-44
10	Сыр порционно 10	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3
7	Масло сливочное порционно	Калорийность-52, Жиры-6
200	Напиток из свежих плодов (яблоки) 200	Калорийность-68, Углеводы-17
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-76, Белки-3, Углеводы-15
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17
Итого за Обед2		Калорийность-864, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-116
Итого за день		Калорийность-1 376, Белки-51, Жиры-46, Углеводы-184

Директор  Абрамова Т.Ю.

Технолог  Ахметзянова М.Р.

Бухгалтер-калькулятор  Алексеева А.А.