

КП ОКТЯБРЬСКИЙ ОДО

21.04.2026

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
154	Каша ячневая молочная вязкая 154	Калорийность-184, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28	
90	Запеканка из творога с молочным соусом 90	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
200	Напиток из смеси сухофруктов 200.	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-28	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-655, Белки-23, Жиры-17, Углеводы-103	
Обед1			
60	Салат из свеклы с растительным маслом 60	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6	
210	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 210	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
175	Жаркое по-домашнему с птицей 175	Калорийность-181, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-15	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-521, Белки-26, Жиры-18, Углеводы-67	
Итого за день		Калорийность-1 176, Белки-49, Жиры-34, Углеводы-170	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
185	Каша ячневая молочная вязкая 185	Калорийность-221, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33	
90	Запеканка из творога с молочным соусом 90	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
200	Напиток из смеси сухофруктов 200.	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-28	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-714, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-113	
Обед2			
100	Салат из свеклы с растительным маслом 100	Калорийность-124, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 260	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13	
200	Жаркое по-домашнему с птицей 200	Калорийность-231, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-36	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед2		Калорийность-639, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-95	
Итого за день		Калорийность-1 353, Белки-48, Жиры-45, Углеводы-208	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Головина К.Ю.

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.

