

МУП КШП 2

Школа № 14

8 день 10.04.2024

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак

80 **Пудинг из творога запеченный** Калорийность-167, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-17 **56-88**

творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль

40 **Соус молочный сладкий** Калорийность-42, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5 **7-20**

молоко, сахар, масло сливочное, мука

150 **Каша молочная геркулес** Калорийность-212, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-25 **17-19**

крупа овсяная геркулес, молоко сухое, масло сливочное, соль

200 **Чай с сахаром** Калорийность-60, Углеводы-15 **2-80**

сахар, чай черный

52 **Батон нарезной** Калорийность-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27 **9-93**

Итого за Завтрак Калорийность-617, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-89 **94-00**

Обед

60 **Салат из свежих овощей** Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3 **17-18**

огурцы, помидоры*, капуста белокочанная, морковь, масло растительное, соль

200 **Суп картофельный с бобовыми** Калорийность-94, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12 **17-80**

картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, петрушка

90 **Котлета по-хлыновски** Калорийность-176, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-5 **67-60**

говядина, картофель, лук репчатый, свинина, масло растительное, яйцо, мука, соль

150 **Рагу из овощей** Калорийность-155, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-16 **24-38**

картофель, морковь, соус томатный дп, капуста белокочанная, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука, масло сливочное, соль, сахар

200 **Компот из смеси** Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23 **11-67**

сухофрукты, сахар

44 **Хлеб пшеничный** Калорийность-104, Белки-4, Углеводы-22 **6-37**

Итого за Обед Калорийность-701, Белки-18, Жиры-27, Углеводы-81 **145-00**

Итого за день Калорийность-1 318, Белки-40, Жиры-48, Углеводы-170 **239-00**



Директор школы

Л.И.Иванова
Калькулятор

М.И.Иванова
Заведующая производством