

МУП КШП 2

4

день

Школа № 14

17.04.2025

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
100	Пудинг из творога запеченный творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло сливочное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль	Калорийность-208, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-21	75-18
30	Повидло	Калорийность-57, Углеводы-20	13-93
180	Каша манная молочная жидкая крупа манная, молоко сухое, сахар, масло сливочное, соль	Калорийность-194, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-28	27-93
200	Чай с сахаром сахар, чай черный	Калорийность-60, Углеводы-15	3-36
50	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
Итого за Завтрак		Калорийность-650, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-110	130-00
<u>Обед</u>			
30	Овощи натуральные Помидоры свежие	Калорийность-7, Углеводы-1	19-74
200/12,5	Борщ с капустой и картофелем с мясом курицы свекла, капуста белокочанная, картофель, мясо курицы (без кости), морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, сахар, соль	Калорийность-130, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-11	33-97
100	Птица запеченная голень куриная, масло растительное, сметана 15%, соль	Калорийность-309, Белки-22, Жиры-26	59-30
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-29	21-24
200	Кисель из свежих ягод клубника св, сахар, крахмал картофельный	Калорийность-87, Углеводы-22	15-75
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35
50	Хлеб ржаной	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	7-65
Итого за Обед		Калорийность-883, Белки-40, Жиры-39, Углеводы-105	165-00
Итого за день		Калорийность-1533, Белки-64, Жиры-60, Углеводы-215	295-00



С.С.С.С.С.
Калькулятор

У.С.С.
Заведующая производством