

МУП КШП 2

Школа № 14

8 день 21.05.2025

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Пудинг из творога запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло сливочное, сметана 15%, мука, ванилин, яйцо, соль</i>	Калорийность-208, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-21	74-46
30	Соус молочный сладкий <i>молоко, сахар, масло сливочное, мука</i>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	7-21
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая <i>крупа овсяная Геркулес, молоко сухое, вода, сахар, соль, масло сливочное</i>	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29	30-84
200	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-89
50	Батон нарезной	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	9-60
Итого за Завтрак		Калорийность-693, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-99	130-00
Обед			
250/15	Суп-лапша домашняя <i>макаронные изделия яичные (лапша), мясо курицы (без кости), лук репчатый, масло растительное</i>	Калорийность-151, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-16	27-72
100	Котлета по-хлыновски (70/30) <i>свинина, картофель, лук репчатый, масло раст., мука, соль, яйцо, масло сл, томат паста, морковь, сахар</i>	Калорийность-198, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-7	75-58
150	Рагу из овощей <i>картофель, морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-155, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-13	35-49
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	10-64
54	Хлеб пшеничный	Калорийность-127, Белки-4, Углеводы-27	7-92
50	Хлеб ржаной	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	7-65
Итого за Обед		Калорийность-814, Белки-34, Жиры-29, Углеводы-85	165-00
Итого за день		Калорийность-1 507, Белки-60, Жиры-55, Углеводы-184	295-00



Л. С. Сорокина
Калькулятор

У. И. И.
Заведующая производством