

МУП КШП 2

Школа № 14

6 день 08.09.2025**Школа (Школа младшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
210	<b>Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая</b> <small>молоко, крупа овсяная геркулес, масло сливочное, сахар, соль</small>	Калорийность-240, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-30	<b>35-91</b>
110	<b>Омлет натуральный</b> <small>яйцо, молоко, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-179, Белки-9, Жиры-15, Углеводы-3	<b>57-12</b>
200	<b>Чай с шиповником</b> <small>сахар, шиповник сушеный, чай черный</small>	Калорийность-63, Углеводы-16	<b>3-84</b>
50	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-131, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-26	<b>9-60</b>
15	<b>Масло сливочное</b> <small>масло сливочное</small>	Калорийность-112, Жиры-12	<b>23-53</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-725, Белки-21, Жиры-38, Углеводы-75	<b>130-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Овощи натуральные Помидоры свежие</b>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	<b>37-38</b>
200	<b>Рассольник ленинградский с мясом курицы</b> <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, мясо курицы 10гр (без кости), крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль</small>	Калорийность-146, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-16	<b>32-31</b>
200	<b>Плов мясной (свинина) (50/150)</b> <small>свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль</small>	Калорийность-352, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-40	<b>62-15</b>
200	<b>Кисель из свежих ягод (клубника)</b> <small>клубника св, сахар, крахмал картофельный</small>	Калорийность-87, Углеводы-22	<b>24-36</b>
2/30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-142, Белки-5, Углеводы-30	<b>8-80</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-741, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-110	<b>165-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 466, Белки-46, Жиры-60, Углеводы-185	<b>295-00</b>



*С. С. Сорова*  
Калькулятор

*А. И. Ивлев*  
Заведующая производством