

МУП КШП 2

Школа № 14

5 день 03.10.2025

## Школа (Школа младшие)

Результ (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
205	<b>Каша манная молочная</b> <i>жидкая</i> молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-32	37-33
110	<b>Фритатта с ветчиной и сыром</b> яйцо, молоко, ветчина, сыр, масло сливочное	Калорийность-179, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-2	81-31
200	<b>Чай с шиповником</b> сахар, шиповник сушеный, чай черный	Калорийность-63, Углеводы-16	3-84
51	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-120, Белки-4, Углеводы-26	7-52
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-582, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-76	130-00
<b>Обед</b>			
	<b>Овощи натуральные Огурцы</b> <i>свежие</i>	Калорийность-8, Углеводы-3	18-69
200	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясом курицы</b> картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, мясо курицы 10 гр (без кости), масло растительное, соль, петрушка	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	27-54
90	<b>Оладьи из печени по-куниевски</b> печень говяжья замороженная, мука, морковь, масло растительное, соль, яйцо	Калорийность-200, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-11	52-66
150	<b>Сложный гарнир</b> картофель, капуста белокачанная, молоко, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый, морковь, сахар, соль, мука	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-11	45-69
	<b>Хлеб пшеничный из кураги</b> курага сушеная, сахар	Калорийность-81, Углеводы-20	14-12
43	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-101, Белки-3, Углеводы-22	6-30
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-624, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-82	165-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1206, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-158	295-00



*Л. Яковлева*  
Калькулятор

*С. Киселев*  
Заведующая производством