

МУП КШП 2

Школа № 14

1 день 13.10.2025**Школа (Школа младшие)**

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

Завтрак

200	Каша Дружба <i>крупа рисовая, молоко сухое, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-226, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-25	30-91
70	Бутерброд горячий с сыром (45/15/10) <i>хлеб пшеничный, сыр, масло сливочное</i>	Калорийность-214, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-14	44-78
200	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-38
100	Фрукт свежий	Калорийность-63, Углеводы-15	46-93


Итого за Завтрак Калорийность-564, Белки-14, Жиры-25,
Углеводы-69 **130-00**


Обед

35	Овощи натуральные Помидоры свежие	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4	21-81
200	Суп картофельный с крупой (гречневая) с мясом курицы <i>картофель, морковь, лук репчатый, мясо курицы 10гр (без кости), крупа гречневая, масло растительное</i>	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22	25-54
100	Чахохбили из кур <i>филе куриное, лук репчатый, мука, томатная паста, чеснок, масло растительное, соль</i>	Калорийность-165, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-16	63-86
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	18-08
200	Кисель из свежих ягод (клубника) <i>клубника св, сахар, крахмал картофельный</i>	Калорийность-87, Углеводы-22	24-36
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
35	Хлеб ржаной	Калорийность-61, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	5-47

Итого за Обед Калорийность-741, Белки-26, Жиры-16,
Углеводы-131 **165-00**

Итого за день Калорийность-1305, Белки-40, Жиры-41,
Углеводы-200 **295-00**


 Директор школы


 Калькулятор


 Заведующая производством