

МУП КШП 2


3

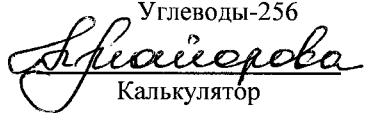
день

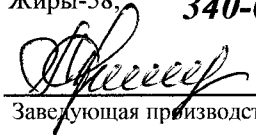
15.10.2025

**Школа (Школа старшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
120	<b>Пудинг из творога запеченный</b> <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, яйцо, соль</i>	Калорийность-251, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-25	<b>77-98</b>
50	<b>Повидло</b>	Калорийность-133, Углеводы-34	<b>30-01</b>
200	<b>Каша молочная пшеничная жидкая</b> <i>молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар, соль</i>	Калорийность-240, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-37	<b>30-54</b>
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	<b>7-38</b>
47	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-123, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	<b>9-09</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-808, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-137	<b>155-00</b>
<b>Обед</b>			
90	<b>Салат из свеклы отварной</b> <i>свекла, масло растительное</i>	Калорийность-113, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-11	<b>13-11</b>
250	<b>Суп-лапша домашняя</b> <i>макаронные изделия яичные (лапша), лук репчатый, мясо курицы 10гр (без кости), масло растительное</i>	Калорийность-141, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-16	<b>20-34</b>
140	<b>Рыба (филе), тушенная в томате с овощами (70/70)</b> <i>филе минтая св, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, сахар, соль</i>	Калорийность-231, Белки-16, Жиры-9, Углеводы-7	<b>63-39</b>
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-153, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20	<b>40-08</b>
200	<b>Компот из свежих ягод (клубника)</b> <i>клубника св, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	<b>33-21</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	<b>7-35</b>
49	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-85, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	<b>7-52</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-937, Белки-41, Жиры-34, Углеводы-119	<b>185-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 745, Белки-68, Жиры-58, Углеводы-256	<b>340-00</b>

  
 Директор школы

  
 Калькулятор

  
 Заведующая производством