

МУП КШП 2

Школа № 14

10

день

21.11.2025

Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

150 Макароны изделия

отварные

макаронные изделия, масло сливочное, соль

Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1,
Углеводы-29

18-08

120 Соус Болоньезе

говядина, свинина, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, мука

Калорийность-227, Белки-15, Жиры-17,
Углеводы-2

86-76

200 Чай с шиповником

сахар, шиповник сушеный, чай черный

Калорийность-63, Углеводы-16

3-84

46 Хлеб пшеничный

Калорийность-109, Белки-4, Углеводы-23

6-78

10 Сыр

Калорийность-34, Белки-3, Жиры-3

14-54

Итого за Завтрак

Калорийность-578, Белки-28, Жиры-21,
Углеводы-70

130-00

Обед60 Овощи натуральные Огурцы
свежие

Калорийность-17, Белки-1, Углеводы-2

37-38

200 Суп картофельный с крупой
(рисовой) с мясом курицы

картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, мясо курицы 10 гр (без кости), масло растительное

Калорийность-110, Белки-4, Жиры-7,
Углеводы-13

26-99

200 Мясо духовое (50/150)

свинина, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, мука

Калорийность-378, Белки-23, Жиры-24,
Углеводы-18

77-97

200 Компот из смеси сухофруктов

сухофрукты, сахар

Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27

9-15

50 Хлеб пшеничный

Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25

6-74

45 Хлеб ржаной

Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1,
Углеводы-15

6-77

Итого за Обед

Калорийность-811, Белки-36, Жиры-32,
Углеводы-100

165-00

Итого за день

Калорийность-1389, Белки-64, Жиры-53,
Углеводы-170

295-00

Директор школы

Калькулятор

Заведующая производством