

МУП КШП 2

Школа № 14

2 день 25.11.2025

Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

40 **Овощи натуральные Огурцы свежие** Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2 **24-92**

200 **Плов мясной (свинина) (50/150)** Калорийность-370, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-42 **62-47**
свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль

60 **Батер бат** Калорийность-206, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26 **39-68**
булочка сдобная, масло сливочное

200 **Чай с сахаром** Калорийность-60, Углеводы-15 **2-93**
сахар, чай черный

Итого за Завтрак Калорийность-647, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-85 **130-00**

Обед

60 **Салат "Светофор"** Калорийность-82, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-2 **33-38**
огурцы, кукуруза консервированная, лук репчатый, помидоры, масло растительное, соль

200 **Свекольник со сметаной** Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12 **24-31**
свекла, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар, соль

100 **Птица запеченная** Калорийность-322, Белки-22, Жиры-26 **58-00**
голень куриная, масло растительное, сметана 15%, соль


150 **Капуста тушеная** Калорийность-95, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6 **33-21**
капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, мука, сахар

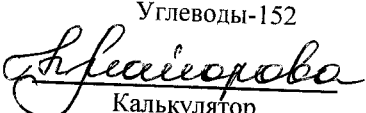
200 **Компот из смеси сухофруктов** Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23 **9-15**
сухофрукты, сахар

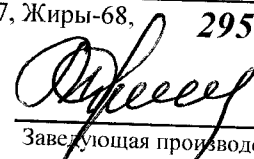
47 **Хлеб пшеничный** Калорийность-111, Белки-4, Углеводы-24 **6-95**

Итого за Обед Калорийность-803, Белки-36, Жиры-43, Углеводы-67 **165-00**

Итого за день Калорийность-1 450, Белки-57, Жиры-68, Углеводы-152 **295-00**


Директор школы


Калькулятор


Заведующая производством