

МУП КШП 2

Школа № 14

5 день 28.11.2025

Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

200 **Каша манная молочная жидкая**
молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль
Калорийность-214, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31 36-42

110 **Фритатта с ветчиной и сыром**
яйцо, молоко, ветчина, сыр, масло сливочное
Калорийность-179, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-2 81-96

200 **Чай с шиповником**
сахар, шиповник сушеный, чай черный
Калорийность-63, Углеводы-16 3-84

53 **Хлеб пшеничный**
Калорийность-125, Белки-4, Углеводы-27 7-78

Итого за Завтрак Калорийность-581, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-76 130-00

Обед

30 **Овощи натуральные Огурцы свежие**
Калорийность-8, Углеводы-3 18-69

200 **Суп картофельный с бобовыми с мясом курицы**
картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, мясо курицы 10 гр (без кости), масло растительное, соль, петрушка
Калорийность-118, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15 28-29

90 **Оладьи из печени по-кунцевски**
печень говяжья замороженная, мука, морковь, масло растительное, соль, яйцо
Калорийность-200, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-11 52-66

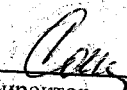
150 **Сложный гарнир**
картофель, капуста белокочанная, молоко, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый, морковь, сахар, соль, мука
Калорийность-116, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-11 42-53

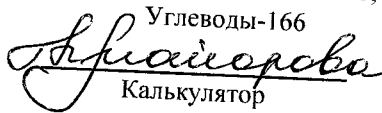
200 **Компот из кураги**
курага сушеная, сахар
Калорийность-81, Углеводы-20 14-12

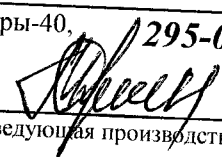
2/30 **Хлеб пшеничный**
Калорийность-142, Белки-5, Углеводы-30 8-71

Итого за Обед Калорийность-665, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-90 165-00

Итого за день Калорийность-1246, Белки-52, Жиры-40, Углеводы-166 295-00


Директор школы


Калькулятор


Заведующая производством