

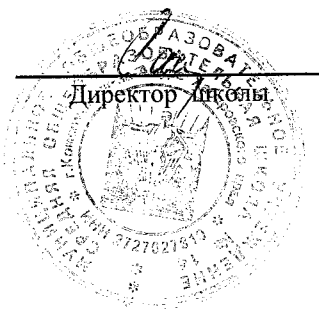
МУП КШП 2

Школа № 14

7 день 02.12.2025

## Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>			
35	<b>Овощи натуральные Огурцы свежие</b>	Калорийность-10, Белки-1, Углеводы-2	22-00
210	<b>Гречка по-купечески с курицей (филе курин) (50/160)</b> <i>филе куриное, крупа гречневая, лук репчатый, морковь, масло растительное, томатная паста</i>	Калорийность-280, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-28	65-39
60	<b>Батер бат</b> <i>булочка сдобная, масло сливочное</i>	Калорийность-206, Белки-4, Жиры-10, Углеводы-26	39-68
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-93
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-556, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-71	130-00
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат Витаминный</b> <i>капуста белокочанная, морковь, яблоки, масло растительное, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийность-83, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	16-05
200	<b>Суп Кудрявый</b> <i>картофель, лук репчатый, сметана 15%, мясо курицы 10 гр (без кости), морковь, масло растительное, яйцо, соль</i>	Калорийность-158, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-15	38-49
90/30	<b>Голубцы ленивые с соусом томатным с овощами</b> <i>капуста белок, говядина, лук репчатый, крупа рисовая, масло растит., масло сливоч, томат паста, мука, морковь.</i>	Калорийность-169, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-5	67-95
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	18-08
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага сушеная, сахар</i>	Калорийность-123, Белки-1, Углеводы-31	14-12
35	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-83, Белки-3, Углеводы-18	5-14
34	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-59, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	5-17
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-849, Белки-33, Жиры-26, Углеводы-122	165-00
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 405, Белки-50, Жиры-48, Углеводы-193	295-00



*Л. С. Серова*  
Калькулятор

*В. И. Ивонин*  
Заведующая производством