

МУП КШП 2

Школа № 14

8 день 03.12.2025

Школа (Школа младшие)

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

Завтрак

110	Пудинг из творога запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, мука, яйцо, соль</i>	Калорийность-237, Белки-13, Жиры-12, Углеводы-20	75-80
30	Повидло	Калорийность-80, Углеводы-21	18-00
200	Суп молочный с вермишелью <i>молоко сухое, вермишель, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17	21-47
200	Чай с лимоном <i>сахар, лимоны свежие, чай черный</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-38
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	7-35

Итого за Завтрак Калорийность-635, Белки-22, Жиры-17, Углеводы-98 **130-00**

Обед

35	Овощи натуральные	Калорийность-8, Белки-1, Углеводы-1	21-80
	Помидоры свежие		
200	Суп-лапша домашняя <i>макаронные изделия лапша (лапша), лук репчатый, мясо курицы 19 гр (без кости), масло растительное</i>	Калорийность-141, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-16	18-22
90/30	Фишбол с соусом томатным с овощами <i>филе минт, хлеб пшенич, лук репч, масло раст, мука, масло сл, яйцо, томат паста, морковь, сахар, соль</i>	Калорийность-158, Белки-11, Жиры-6, Углеводы-14	61-27
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое, соль</i>	Калорийность-153, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20	41-97
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	9-15
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
44	Хлеб ржачей	Калорийность-76, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	6-71

Итого за Обед Калорийность-740, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-113 **165-00**

Итого за день Калорийность-1375, Белки-57, Жиры-41, Углеводы-211 **295-00**



Директор школы

Л. А. Седук
Калькулятор

О. А. Седук
Заведующая производством