

МУП КШП 2

2 день 09.12.2025**Школа (Школа старшие)**

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

**Завтрак**

60	<b>Овощи натуральные Огурцы свежие</b>	Калорийность-17, Белки-2, Углеводы-3	37-38
240	<b>Плов мясной (свинина) (60/180)</b> <i>свинина, крупа рисовая, морковь, масло растительное, лук репчатый, томатная паста, соль</i>	Калорийность-423, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-48	75-01
60	<b>Батер бат</b> <i>булочка сдобная, масло сливочное</i>	Калорийность-206, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-26	39-68
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай черный</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-93

**Итого за Завтрак** Калорийность-706, Белки-24, Жиры-27, Углеводы-92 **155-00**

**Обед**

70	<b>Салат "Светофор"</b> <i>огурцы, кукуруза консервированная, лук репчатый, помидоры, масло растительное, соль</i>	Калорийность-96, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-2	39-03
250	<b>Свекольник со сметаной</b> <i>свекла, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар, соль</i>	Калорийность-123, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15	30-59
100	<b>Птица запеченная</b> <i>голень куриная, масло растительное, сметана 15%, соль</i>	Калорийность-322, Белки-22, Жиры-26	58-00
160	<b>Капуста тушеная</b> <i>капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло растительное, мука, сахар</i>	Калорийность-101, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-7	36-23
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	9-15
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	6-12

**Итого за Обед** Калорийность-902, Белки-38, Жиры-46, Углеводы-81 **185-00**

**Итого за день** Калорийность-1 608, Белки-62, Жиры-73, Углеводы-173 **340-00**



*Л.И. Айгорова*  
Калькулятор

*В.И. Сидорова*  
Заведующая производством