

МУП КШП 2

5 день 12.12.2025

**Школа (Школа старшие)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
220	<b>Каша манная молочная жидкая</b> <small>молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-34	<b>40-06</b>
140	<b>Фритатта с ветчиной и сыром</b> <small>яйцо, молоко, ветчина, сыр, масло сливочное</small>	Калорийность-228, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-3	<b>104-32</b>
200	<b>Чай с шиповником</b> <small>сахар, шиповник сушеный, чай черный</small>	Калорийность-63, Углеводы-16	<b>3-84</b>
46	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-109, Белки-4, Углеводы-23	<b>6-78</b>
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-636, Белки-29, Жиры-23, Углеводы-76	<b>155-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
35	<b>Овощи натуральные Огурцы свежие</b>	Калорийность-11, Углеводы-4	<b>22-23</b>
250	<b>Суп картофельный с бобовыми с мясными консервами</b> <small>картофель, горох колотый, морковь, лук репчатый, консервы 15 гр, масло растительное, соль, петрушка</small>	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	<b>46-59</b>
90	<b>Оладьи из печени по-кунцевски</b> <small>печень говяжья, замороженная, мука, морковь, масло растительное, соль, яйцо</small>	Калорийность-200, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-11	<b>52-66</b>
160	<b>Сложный гарнир</b> <small>картофель, капуста белокачанная, молоко, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый, морковь, сахар, соль, мука</small>	Калорийность-124, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-12	<b>45-37</b>
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар</small>	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27	<b>9-15</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25	<b>4-41</b>
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-87, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	<b>4-59</b>
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-769, Белки-30, Жиры-23, Углеводы-108	<b>185-00</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 405, Белки-59, Жиры-46, Углеводы-184	<b>340-00</b>



*Л.И. Сорова*  
Калькулятор

*С.И. Сорова*  
Заведующая производством