МУП "ОШС" КМО

14.10.2026

МЕНЮ НА 14 ОКТЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак льготный		
15	Сыр порц.	Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99	22-71
40	Яйцо вареное 40	Калорийность-62,8, Белки-5,08, Жиры-4,6, Углеводы-0,28	16-58
190/10	Каша вязкая молочная пшенная с маслом 190/10 *молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа пшено, масло сливочное, сахар - песок, соль*	Калорийность-274,93, Белки-7,2, Жиры-11,9, Углеводы-34,55	41-15
200	Кофейный напиток с молоком *молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, кофейный напиток растворимый*	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	26-91
100	Апельсин	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	36-81
16	Хлеб пшеничный	Калорийность-37,6, Белки-1,22, Жиры-0,13, Углеводы-7,87	3-84
	Итого за Завтрак льготный	Калорийность-622,43, Белки-21,7, Жиры-23.32. Углеводы-77.56	148-00
	Обед льготный		
250	Борщ со св.капустой и картоф., сметаной, зеленью 250 *свекла, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томатная паста., масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка)*	Калорийность-93,56, Белки-2,01, Жиры-3,78, Углеводы-12,62	26-85
90	Котлета рубленная из птицы (филе кур.) 90 *филе куриное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль*	Калорийность-281,63, Белки-15, Жиры-18,53, Углеводы-13,64	112-83
150	Пюре картофельное 150 *картофель, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, соль*	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	42-35
45	Огурец свежий	Калорийность-4,95, Белки-0,32, Жиры-0,05	20-32
200	Чай с сахаром *сахар - песок, чай черный крупнолистовой*	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	4-28
29	Хлеб столичный	Калорийность-79,85, Белки-1,62, Жиры-0,32, Углеводы-14,33	6-37
	Итого за Обед льготный	Калорийность-669,23, Белки-22,19, Жиры-28.09. Углеводы-77.59	213-00

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

Директор школы _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CF8D707ACD9477A01906B967F7E3AFF
Владелец: Федотова Наталья Юрьевна
Действителен: с 30.10.2025 до 23.01.2027