МУП "ОШС" КМО

19.10.2026

МЕНЮ НА 19 ОКТЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак льготный		
20	**Сыр порц.**	Калорийность-70, Белки-5,26, Жиры-5,32	30-28
190/10	**Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом 190/10**	Калорийность-295,95, Белки-7,95, Жиры-13,22, Углеводы-36,16	41-48
	молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа геркулес, масло сливочное, сахар - песок, соль		
200	**Кофейный напиток с молоком**	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	26-91
	молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, кофейный напиток растворимый		
100	**Апельсин**	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	36-81
37	**Батон нарезной**	Калорийность-96,94, Белки-2,77, Жиры-1,07, Углеводы-19,02	12-52
	Итого за Завтрак льготный	Калорийность-657,49, Белки-20,23, Жиры-22.31. Углеводы-90.04	148-00
	Обед льготный		
250	**Суп картофельный с крупой (рис) зеленью 250**	Калорийность-105,51, Белки-2,16, Жиры-2,88, Углеводы-17,45	24-22
	картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)		
90	**Котлеты "Домашние" (свин.) 90**	Калорийность-281,74, Белки-9,63, Жиры-22,95, Углеводы-9,09	102-92
	свинина б/к, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, лук репчатый, соль, яйцо столовое		
150	**Каша рассып. гречневая 150**	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	20-33
	крупа гречневая, масло сливочное, соль		
50	**Огурец соленый**	Калорийность-6,5, Белки-0,4, Жиры-0,05, Углеводы-0,85	22-74
20	**Кукуруза порц.**	Калорийность-1,38, Белки-0,06, Жиры-0,02, Углеводы-0,22	20-15
200	**Напиток яблочный**	Калорийность-107,51, Белки-0,01, Жиры-0,1, Углеводы-26,4	15-29
	яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота		
34	**Хлеб столичный**	Калорийность-93,61, Белки-1,9, Жиры-0,37, Углеводы-16,8	7-35
	Итого за Обед льготный	Калорийность-822,17, Белки-21,82, Жиры-32.7. Углеводы-105.45	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