МУП "ОШС" КМО

21.10.2026

МЕНЮ НА 21 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 рисовая молочная с маслом 190/10	Калорийность-288,01, Белки-5,73, Жиры-11,04, Углеводы-41,26	44-98
	молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа рисовая, масло сливочное, сахар - песок, соль		
200	Какао растворимый с молоком	Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18,13	29-69
	молоко 2.5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок		
100	Апельсин	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	36-81
18	Батон нарезной	Калорийность-47,16, Белки-1,35, Жиры-0,52, Углеводы-9,25	6-24
	Итого за Завтрак льготный	Калорийность-587,12, Белки-19,04, Жиры-21.68. Углеводы-76.74	148-00
	Обед льготный		
250	Свекольник с яйцом, сметаной, зеленью 250	Калорийность-131,82, Белки-4,02, Жиры-8,04, Углеводы-10,7	29-85
	свекла, картофель, яйцо столовое, сметана 15%, масло растительное, томатная паста., сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота		
90	Биточки рубленные из птицы (филе кур.) 90	Калорийность-286,67, Белки-15,1, Жиры-18,53, Углеводы-14,74	112-22
	филе куриное, молоко 2.5% ультрапастеризованное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль		
150	Каша перловая рассып.150	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49	15-35
	крупа перловая, масло сливочное, соль		
30	Помидор свежий	Калорийность-7,2, Белки-0,33, Жиры-0,06, Углеводы-1,14	17-20
30	Огурец свежий	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
200	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-131,49, Белки-0,64, Жиры-0,25, Углеводы-29,04	20-32
	плоды шиповника сушеные, сахар - песок, аскорбиновая кислота		
21	Хлеб столичный	Калорийность-57,82, Белки-1,18, Жиры-0,23, Углеводы-10,37	4-51
	Итого за Обед льготный	Калорийность-815,07, Белки-26,16, Жиры-32.02. Углеводы-99.48	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