МУП "ОШС" КМО

05.11.2026

МЕНЮ НА 5 НОЯБРЯ 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	**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	**Котлета "Заводская" 90**	Калорийность-251,05, Белки-9,21, Жиры-18,96, Углеводы-10,77	122-94
	свинина б/к, филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль		
150	**Макароны отварные 150**	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-42
	макаронные изделия, масло сливочное, соль		
35	**Помидор свежий**	Калорийность-8,4, Белки-0,39, Жиры-0,07, Углеводы-1,33	20-07
30	**Огурец свежий**	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
200	**Чай с лимоном и сахаром 200**	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-92
	сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой		
32	**Хлеб столичный**	Калорийность-88,11, Белки-1,79, Жиры-0,35, Углеводы-15,81	6-88
	Итого за Обед льготный	Калорийность-735,25, Белки-19,62, Жиры-27.31. Углеводы-97.59	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

МУП "ОШС" КМО

05.11.2026

МЕНЮ НА 5 НОЯБРЯ 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	**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	**Котлета "Заводская" 90**	Калорийность-251,05, Белки-9,21, Жиры-18,96, Углеводы-10,77	122-94
	свинина б/к, филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль		
150	**Макароны отварные 150**	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-42
	макаронные изделия, масло сливочное, соль		
35	**Помидор свежий**	Калорийность-8,4, Белки-0,39, Жиры-0,07, Углеводы-1,33	20-07
30	**Огурец свежий**	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
200	**Чай с лимоном и сахаром 200**	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-92
	сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой		
32	**Хлеб столичный**	Калорийность-88,11, Белки-1,79, Жиры-0,35, Углеводы-15,81	6-88
	Итого за Обед льготный	Калорийность-735,25, Белки-19,62, Жиры-27.31. Углеводы-97.59	213-00

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

Директор школы _____