МУП "ОШС" КМО

06.11.2026

МЕНЮ НА 6 НОЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак льготный		
50	**Биточек из свинины 50** *свинина б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль*	Калорийность-198,44, Белки-6,65, Жиры-15,5, Углеводы-7,99	63-19
120	**Каша рассып. гречневая 120** *крупа гречневая, масло сливочное, соль*	Калорийность-180,8, Белки-6,13, Жиры-5,07, Углеводы-27,73	16-26
35	**Огурец соленый**	Калорийность-4,55, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,6	15-92
200	**Чай с лимоном и сахаром 200** *сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой*	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-92
100	**Апельсин**	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	36-81
33	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-77,55, Белки-2,51, Жиры-0,26, Углеводы-16,24	7-90
	Итого за Завтрак льготный	Калорийность-566,5, Белки-16,53, Жиры-21.08. Углеводы-75.84	148-00
	Обед льготный		
250	**Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью 250** *картофель, макаронные изделия, лук репчатый, морковь, соль, масло растительное, зелень (укроп/петрушка)*	Калорийность-142,83, Белки-3,43, Жиры-3,05, Углеводы-25,05	30-20
80/40	**Тефтели (свин.) в томатном соусе 80/40** *свинина б/к, соус томатный, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная*	Калорийность-333,93, Белки-9,6, Жиры-26,1, Углеводы-14,98	92-74
150	**Рис отварной 150** *крупа рисовая, масло сливочное, соль*	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01	24-11
40	**Помидор свежий**	Калорийность-9,6, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52	22-94
30	**Огурец свежий**	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
200	**Напиток клюквенный** *клюква замороженная, сахар - песок, аскорбиновая кислота*	Калорийность-107,64, Белки-0,15, Жиры-0,13, Углеводы-26,55	20-85
40	**Хлеб столичный**	Калорийность-110,13, Белки-2,24, Жиры-0,44, Углеводы-19,76	8-61
	Итого за Обед льготный	Калорийность-937,74, Белки-19,88, Жиры-35.94. Углеводы-127.87	213-00

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

Директор школы _____