МУП "ОШС" КМО

10.11.2026

МЕНЮ НА 10 НОЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак льготный		
50	**Биточки рубленные из птицы (филе кур.) 50** *филе куриное, молоко 2.5% ультрапастеризованное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль*	Калорийность-161,73, Белки-8,47, Жиры-10,31, Углеводы-8,69	62-63
120	**Макароны отварные 120** *макаронные изделия, масло сливочное, соль*	Калорийность-173,38, Белки-4,64, Жиры-4,01, Углеводы-29,64	13-94
45	**Помидор свежий**	Калорийность-10,8, Белки-0,5, Жиры-0,09, Углеводы-1,71	25-80
200	**Чай с сахаром** *сахар - песок, чай черный крупнолистовой*	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	4-28
100	**Яблоки свежие**	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	35-10
26	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-61,1, Белки-1,98, Жиры-0,21, Углеводы-12,79	6-25
	Итого за Завтрак льготный	Калорийность-513,04, Белки-15,62, Жиры-15.02. Углеводы-77.6	148-00
	Обед льготный		
250	**Суп из овощей со сметаной, зеленью 250** *картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, горошек зеленый., масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)*	Калорийность-100,06, Белки-1,92, Жиры-5,63, Углеводы-10,39	30-98
90	**Биточек рыбный (филе трески) 90** *филе трески б/к (кубики, морож.), хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль*	Калорийность-189,85, Белки-12,36, Жиры-7,92, Углеводы-17,18	127-78
150	**Рис отварной 150** *крупа рисовая, масло сливочное, соль*	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01	24-11
25	**Огурец свежий**	Калорийность-2,75, Белки-0,18, Жиры-0,03	11-29
200	**Напиток лимонный** *сахар - песок, лимон*	Калорийность-100,54, Белки-0,13, Жиры-0,01, Углеводы-24,38	12-40
30	**Хлеб столичный**	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	6-44
	Итого за Обед льготный	Калорийность-706,11, Белки-20,08, Жиры-20.03. Углеводы-106.78	213-00

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

Директор школы _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008098C0BF50F36DF061DE980821238F55
Владелец: Сизова Марина Александровна
Действителен: с 31.10.2025 до 24.01.2027