МУП "ОШС" КМО

11.11.2026

# МЕНЮ НА 11 НОЯБРЯ ШКОЛА №1

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак льготный** | | |
| 15 | Сыр порц. | Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99 | 22-71 |
| 40 | Яйцо вареное 40 | Калорийность-62,8, Белки-5,08, Жиры-4,6, Углеводы-0,28 | 16-58 |
| 190/10 | Каша вязкая молочная пшенная с маслом 190/10 | Калорийность-274,93, Белки-7,2, Жиры-11,9, Углеводы-34,55 | 41-15 |
| | *молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа пшено, 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 |
| 16 | Хлеб пшеничный | Калорийность-37,6, Белки-1,22, Жиры-0,13, Углеводы-7,87 | 3-84 |
| | **Итого за Завтрак льготный** | Калорийность-622,43, Белки-21,7, Жиры-23.32. Углеводы-77.56 | 148-00 |
| | **Обед льготный** | | |
| 250 | Борщ со св.капустой и картоф., сметаной, зеленью 250 | Калорийность-93,56, Белки-2,01, Жиры-3,78, Углеводы-12,62 | 26-85 |
| | *свекла, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томатная паста., масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка)* | | |
| 90 | Котлета рубленная из птицы (филе кур.) 90 | Калорийность-281,63, Белки-15, Жиры-18,53, Углеводы-13,64 | 112-83 |
| | *филе куриное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль* | | |
| 150 | Пюре картофельное 150 | Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03 | 42-35 |
| | *картофель, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, соль* | | |
| 45 | Огурец свежий | Калорийность-4,95, Белки-0,32, Жиры-0,05 | 20-32 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 | 4-28 |
| | *сахар - песок, чай черный крупнолистовой* | | |
| 29 | Хлеб столичный | Калорийность-79,85, Белки-1,62, Жиры-0,32, Углеводы-14,33 | 6-37 |
| | **Итого за Обед льготный** | Калорийность-669,23, Белки-22,19, Жиры-28.09. Углеводы-77.59 | 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

МУП "ОШС" КМО

11.11.2026

# МЕНЮ НА 11 НОЯБРЯ ШКОЛА №1

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---|---|---|---|
| | **Завтрак льготный** | | |
| 15 | Сыр порц. | Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99 | 22-71 |
| 40 | Яйцо вареное 40 | Калорийность-62,8, Белки-5,08, Жиры-4,6, Углеводы-0,28 | 16-58 |
| 190/10 | Каша вязкая молочная пшенная с маслом 190/10 | Калорийность-274,93, Белки-7,2, Жиры-11,9, Углеводы-34,55 | 41-15 |
| | *молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа пшено, 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 |
| 16 | Хлеб пшеничный | Калорийность-37,6, Белки-1,22, Жиры-0,13, Углеводы-7,87 | 3-84 |
| | **Итого за Завтрак льготный** | Калорийность-622,43, Белки-21,7, Жиры-23.32. Углеводы-77.56 | 148-00 |
| | **Обед льготный** | | |
| 250 | Борщ со св.капустой и картоф., сметаной, зеленью 250 | Калорийность-93,56, Белки-2,01, Жиры-3,78, Углеводы-12,62 | 26-85 |
| | *свекла, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томатная паста., масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка)* | | |
| 90 | Котлета рубленная из птицы (филе кур.) 90 | Калорийность-281,63, Белки-15, Жиры-18,53, Углеводы-13,64 | 112-83 |
| | *филе куриное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль* | | |
| 150 | Пюре картофельное 150 | Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03 | 42-35 |
| | *картофель, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, соль* | | |
| 45 | Огурец свежий | Калорийность-4,95, Белки-0,32, Жиры-0,05 | 20-32 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 | 4-28 |
| | *сахар - песок, чай черный крупнолистовой* | | |
| 29 | Хлеб столичный | Калорийность-79,85, Белки-1,62, Жиры-0,32, Углеводы-14,33 | 6-37 |
| | **Итого за Обед льготный** | Калорийность-669,23, Белки-22,19, Жиры-28.09. Углеводы-77.59 | 213-00 |

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

Директор школы _____