МУП "ОШС" КМО

12.11.2026

МЕНЮ НА 12 НОЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак льготный		
140/30	**Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком 140/30** *творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%*	Калорийность-426,94, Белки-22,08, Жиры-14,4, Углеводы-51,21	100-07
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
35	**Хлеб пшеничный**	Калорийность-82,25, Белки-2,66, Жиры-0,28, Углеводы-17,22	8-55
	Итого за Завтрак льготный	Калорийность-615,22, Белки-24,77, Жиры-15.08. Углеводы-93.2	148-00
	Обед льготный		
250	**Рассольник ленинградский со сметаной, зеленью 250** *картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)*	Калорийность-135,44, Белки-2,45, Жиры-6,38, Углеводы-16,66	33-06
70/50	**Фрикадельки из филе кур. в сметанном с томатом соусе 70/50** *филе куриное, молоко 2.5% ультрапастеризованное, хлеб пшеничный, соль, соус сметанный с томатом*	Калорийность-164,89, Белки-11,28, Жиры-10,58, Углеводы-6,14	104-16
150	**Каша рассып. гречневая 150** *крупа гречневая, масло сливочное, соль*	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	20-33
35	**Помидор свежий**	Калорийность-8,4, Белки-0,39, Жиры-0,07, Углеводы-1,33	20-07
20	**Огурец свежий**	Калорийность-2,2, Белки-0,14, Жиры-0,02	9-03
200	**Напиток клюквенный** *клюква замороженная, сахар - песок, аскорбиновая кислота*	Калорийность-107,64, Белки-0,15, Жиры-0,13, Углеводы-26,55	20-85
25	**Хлеб столичный**	Калорийность-68,83, Белки-1,4, Жиры-0,27, Углеводы-12,35	5-50
	Итого за Обед льготный	Калорийность-713,32, Белки-23,47, Жиры-23.78. Углеводы-97.67	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