МУП "ОШС" КМО

16.11.2026

# МЕНЮ НА 16 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 молочная геркулесовая с маслом 190/10<br>молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа геркулес, масло сливочное, сахар - песок, соль | Калорийность-295,95, Белки-7,95, Жиры-13,22, Углеводы-36,16 | 41-48 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком<br>молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, кофейный напиток растворимый | Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76 | 26-91 |
| 100 | Апельсин | Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1 | 36-81 |
| 37 | Батон нарезной | Калорийность-96,94, Белки-2,77, Жиры-1,07, Углеводы-19,02 | 12-52 |
| | **Итого за Завтрак льготный** | Калорийность-657,49, Белки-20,23, Жиры-22.31. Углеводы-90.04 | 148-00 |
| | **Обед льготный** | | |
| 250 | Суп картофельный с крупой (рис) зеленью 250<br>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка) | Калорийность-105,51, Белки-2,16, Жиры-2,88, Углеводы-17,45 | 24-22 |
| 90 | Котлеты "Домашние" (свин.) 90<br>свинина б/к, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, лук репчатый, соль, яйцо столовое | Калорийность-281,74, Белки-9,63, Жиры-22,95, Углеводы-9,09 | 102-92 |
| 150 | Каша рассып. гречневая 150<br>крупа гречневая, масло сливочное, соль | Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64 | 20-33 |
| 50 | Огурец соленый | Калорийность-6,5, Белки-0,4, Жиры-0,05, Углеводы-0,85 | 22-74 |
| 20 | Кукуруза порц. | Калорийность-1,38, Белки-0,06, Жиры-0,02, Углеводы-0,22 | 20-15 |
| 200 | Напиток яблочный<br>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота | Калорийность-107,51, Белки-0,01, Жиры-0,1, Углеводы-26,4 | 15-29 |
| 34 | Хлеб столичный | Калорийность-93,61, Белки-1,9, Жиры-0,37, Углеводы-16,8 | 7-35 |
| | **Итого за Обед льготный** | Калорийность-822,17, Белки-21,82, Жиры-32.7. Углеводы-105.45 | 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