МУП "ОШС" КМО

19.11.2026

МЕНЮ НА 19 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	**Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, зеленью 250** *капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.*	Калорийность-81,45, Белки-2,05, Жиры-3,81, Углеводы-9,4	26-15
90	**Котлета "Заводская" 90** *свинина б/к, филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль*	Калорийность-251,05, Белки-9,21, Жиры-18,96, Углеводы-10,77	122-94
150	**Макароны отварные 150** *макаронные изделия, масло сливочное, соль*	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-42
30	**Помидор свежий**	Калорийность-7,2, Белки-0,33, Жиры-0,06, Углеводы-1,14	17-20
30	**Огурец свежий**	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
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
36	**Хлеб столичный**	Калорийность-99,12, Белки-2,02, Жиры-0,4, Углеводы-17,78	7-82
	Итого за Обед льготный	Калорийность-721, Белки-19,68, Жиры-28,28, Углеводы-91,32	213-00

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

Директор школы _____ / Сизова М.А

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 008098C0BF50F36DF061DE98082123BF55
Владелец: Сизова Марина Александровна
Действителен: с 31.10.2025 до 24.01.2027