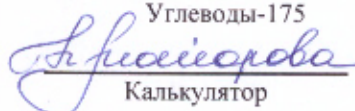


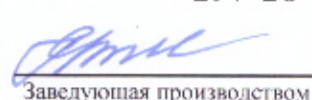
Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая <i>молоко, крупа овсяная геркулес, масло сливочное, сахар,</i>	Калорийность-279, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-36	34-13
50	Яйцо отварное <i>яйцо</i>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	21-85
200	Какао с молоком <i>какао порошок, молоко, сахар</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	27-54
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8	13-25
10	Сыр	Калорийность-31, Белки- 3, Жиры-3	13-37
Итого за Завтрак		Калорийность-686, Белки-23, Жиры-23, Углеводы-81	116-02
Обед			
60	Салат из свеклы с сыром <i>Сыр, свекла, масло растительное</i>	Калорийность-89, Белки-2, Жиры -7, Углеводы-4	14-74
200	Рассольник ленинградский с мясом курицы <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, мясо курицы 10гр (без кости), крупа перловая, лук репчатый, масло растительное,</i>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16	35-21
120	Котлета домашняя с соусом (90/30) <i>говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, вода, свинина, яйцо, соль, масло растительное,масло сливочное,мука,томатная паста,сахар,морковь,лук репчатый</i>	Калорийность-234, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-6	68-10
150	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое,</i>	Калорийность-153, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-20	45-06
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты,сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	9-15
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-3, Углеводы-15	4-41
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	4-59
Итого за Обед		Калорийность-816, Белки-26, Жиры-35, Углеводы-94	181-26
Итого за день		Калорийность-1502, Белки-49, Жиры-58, Углеводы-175	297-28

Директор школы



 Калькулятор



 Заведующая производством

Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
250	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая <i>молоко, крупа овсяная геркулес, масло сливочное, сахар,</i>	Калорийность-349, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-45	42-66
50	Яйцо отварное <i>яйцо</i>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	21-85
200	Какао с молоком <i>какао порошок, молоко, сахар</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	27-54
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8	13-25
15	Сыр	Калорийность-54, Белки- 4, Жиры-4	20-05
Итого за Завтрак		Калорийность-671, Белки-17, Жиры-31, Углеводы-73	131-23
Обед			
100	Салат из свеклы с сыром <i>Сыр, свекла, масло растительное</i>	Калорийность-148, Белки-3, Жиры -12, Углеводы-7	24-56
250	Рассольник ленинградский с мясом курицы <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, мясо курицы 10 гр (без кости), крупа перловая, лук репчатый, масло растительное</i>	Калорийность-151, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-20	41-57
130	Котлета домашняя с соусом (100/30) <i>говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, вода, свинина, яйцо, соль, масло растительное,масло сливочное,мука,томатная паста,сахар,морковь,лук репчатый,соль</i>	Калорийность-258, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-7	75-04
180	Картофельное пюре <i>картофель, масло сливочное, молоко сухое,</i>	Калорийность-184, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-24	54-07
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты,сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	9-15
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	6-12
Итого за Обед		Калорийность-1 001, Белки-30, Жиры-45, Углеводы-115	216-39
Итого за день		Калорийность-1672, Белки-47, Жиры-76, Углеводы-188	347-62

Директор школы


 Калькулятор


 Заведующая производством

МУП КШП 2

СКОШ № 2

6 день 23.03.2026

Полдник

60	Мучное изделие Булочка "Домашняя"	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-30	30-00
----	--------------------------------------	---	-------

150	Кисломолочный напиток Йогурт фруктовый	Калорийность-103, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17	35-00
-----	---	---	-------

Итого за Полдник		Калорийность-248, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-47	65-00
------------------	--	---	-------

Директор школы

Г. Макарова
Калькулятор

Заведующая производством

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Пудинг творожный запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, сухари, яйцо</i>	Калорийность-215, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-18	68-36
30	Повидло	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	18-01
150	Каша пшеничная молочная жидкая <i>молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-209, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-27	23-09
40/10	Хлеб пшеничный, масло <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Калорийность-169, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-20	19-13
200	Чай с сахаром <i>чай черный, сахар</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-93
Итого за Завтрак		Калорийность-738, Белки-21, Жиры-28, Углеводы-100	131-52
Обед			
60	Овощи натуральные <i>помидор свежий</i>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	37-27
200	Суп картофельный с фрикадельками <i>картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, говядина, лук, яйцо, соль фрикадельки 20гр</i>	Калорийность-118, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-12	53-99
100	Рыба тушеная с овощами (50/50) <i>Филе минтая св, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-143, Белки-13, Жиры-7, Углеводы-6	47-43
150	Сложный гарнир <i>картофель, капуста белокачанная, молоко сухое, масло сливочное, масло растительное, томатная паста, лук репчатый, морковь, сахар, мука</i>	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-11	44-62
200	Кисель из ягод <i>крахмал картофельный, сахар, клубника св.</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	24-36
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-3, Углеводы-15	4-41
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	4-59
Итого за Обед		Калорийность-610, Белки-30, Жиры-19, Углеводы-79	216-67
Итого за день		Калорийность-1 348, Белки-51, Жиры-47, Углеводы-179	348-19

Директор школы

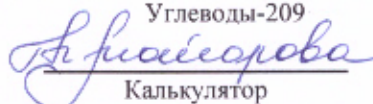

 Калькулятор


 Заведующая производством

Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
120	Пудинг творожный запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, сухари, яйцо</i>	Калорийность-258, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-22	82-03
30	Повидло	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	18-01
200	Каша молочная пшеничная жидкая <i>молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар.</i>	Калорийность-279, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-36	30-79
40/10	Хлеб пшеничный, масло сливочное <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Калорийность-169, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-20	19-13
200	Чай с сахаром <i>чай черный, сахар</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-93
Итого за Завтрак		Калорийность-848, Белки-25, Жиры-33, Углеводы-113	152-89
Обед			
100	Овощи натуральные <i>помидор свежий</i>	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	62-12
250	Суп картофельный с фрикадельками <i>картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, говядина, лук репчатый, яйцо, фрикадельки 20гр</i>	Калорийность-148, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-15	60-06
140	Рыба тушеная с овощами (70/70) <i>Филе минтая св, томатная паста, масло растительное, сахар, морковь, лук репчатый</i>	Калорийность-200, Белки-18, Жиры-10, Углеводы-8	66-04
180	Сложный гарнир <i>картофель, капуста белокочанная, молоко сухое, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый, морковь, сахар, соль, мука</i>	Калорийность-139, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-13	53-54
200	Кисель из ягод <i>крахмал картофельный, сахар, клубника св.</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	24-36
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	6-12
Итого за Обед		Калорийность-770, Белки-39, Жиры-24, Углеводы-96	278-12
Итого за день		Калорийность-1 618, Белки-64, Жиры-57, Углеводы-209	431-01

Директор школы


 Калькулятор


 Заведующая производством

МУП КШП 2

СКОШ № 2

7 день 24.03.2026

Полдник

60	Кондитерское изделие Батончик с изюмом	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-30	40-00
----	---	---	--------------

190	Сок фруктовый	Калорийность-103, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17	25-00
-----	----------------------	---	--------------

Итого за Полдник	Калорийность-248, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-47	65-00
-------------------------	---	--------------

Директор школы

Л. Сидорова
Калькулятор

З. М. С.
Заведующая производством

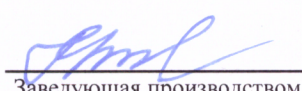
Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Котлета куриная с соусом (70/30) <i>филе куриное, хлеб пшеничный, молоко сухое, мука, масло растительное, масло сливочное, мука, томатная паста, сахар, морковь, лук репчатый,</i>	Калорийность-161, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-9	47-43
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29	13-66
40/10	Хлеб пшеничный, сыр <i>хлеб пшеничный, сыр</i>	Калорийность-128, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-20	19-25
200	Чай с шиповником <i>чай черный, шиповник сушеный, сахар</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	3-84
Итого за Завтрак		Калорийность-497, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-73	84-18
Обед			
60	Салат картофельный с огурцами солеными <i>картофель, лук репчатый, огурцы консервированные, морковь, масло растительное</i>	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5	19-00
200	Щи с курицей <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, мясо курицы 10гр (без кости), лук репчатый, томатная паста, масло растительное</i>	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-8	26-29
50/50	Гуляш из говядины <i>говядина, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука</i>	Калорийность-297, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-4	99-08
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37	14-52
200	Компот из свежих яблок <i>яблоки свежие, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	22-03
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-3, Углеводы-15	4-41
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	4-59
Итого за Обед		Калорийность-962, Белки-41, Жиры-40, Углеводы-102	189-92
Итого за день		Калорийность-1459, Белки-64, Жиры-53, Углеводы-175	274-10

Директор школы



Калькулятор



Заведующая производством

Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
130	Котлета куриная с соусом (100/30) <i>филе куриное, хлеб пшеничный, молоко сухое, мука, масло растительное, масло сливочное, мука, томатная паста, сахар, морковь, лук репчатый</i>	Калорийность-211, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-12	65-33
180	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное</i>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35	16-39
40/15	Хлеб пшеничный, сыр <i>хлеб пшеничный, сыр</i>	Калорийность-148, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-20	25-92
200	Чай с шиповником <i>чай черный, шиповник сушеный, сахар</i>	Калорийность-63, Углеводы-15	3-84
Итого за Завтрак		Калорийность-596, Белки-29, Жиры-17, Углеводы-82	111-48
Обед			
100	Салат картофельный с огурцами солеными <i>картофель, лук репчатый, огурцы консервированные, морковь, масло растительное</i>	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8	31-67
250	Щи с курицей <i>капуста белокочанная, картофель, морковь, мясо курицы 10гр (без кости), лук репчатый, томатная паста, масло растительное</i>	Калорийность-166, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-10	30-63
70/50	Гуляш из говядины <i>говядина, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, мука</i>	Калорийность-389, Белки-28, Жиры-27, Углеводы-4	136-28
180	Каша гречневая <i>крупка гречневая, масло сливочное</i>	Калорийность-304, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-44	17-42
200	Компот из свежих яблок <i>яблоки свежие, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	22-03
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	6-12
Итого за Обед		Калорийность-1219, Белки-52, Жиры-53, Углеводы-123	250-03
Итого за день		Калорийность-1815, Белки-81, Жиры-70, Углеводы-205	361-51

Директор школы

А.И.Иванова
Калькулятор

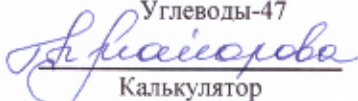
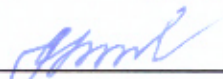
А.И.Иванова
Заведующая производством

МУП КШП 2

СКОШ № 2

8 день 25.03.2026

Полдник

70	Печенье	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-30	38-51
200	Сок фруктовый	Калорийность-103, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-17	26-49
Итого за Полдник		Калорийность-248, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-47	65-00
Директор школы		 Калькулятор	 Заведующая производством

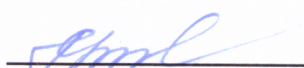
Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
200	Каша рисовая молочная жидкая <i>Молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-279, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-37	35-82
50	Омлет <i>Яйцо, молоко, масло сливочное</i>	Калорийность-82, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-1	23-19
40/10	Хлеб пшеничный, масло сливочное <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Калорийность-169, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-20	19-13
200	Чай с лимоном <i>чай черный, сахар, лимон</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-38
Итого за Завтрак		Калорийность-591, Белки-13, Жиры-27, Углеводы-73	85-52
Обед			
60	Салат из свеклы и моркови <i>Свекла, морковь, масло растительное</i>	Калорийность-77, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4	10-23
200	Суп картофельный с клецками с мясом курицы <i>Картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, масло сливочное, яйцо, мука, мясо курицы 10гр (без кости)</i>	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16	24-35
200	Рагу из птицы (50/150) <i>Масло растительное, картофель, морковь, лук репчатый, филе куриное, томатная паста, мука</i>	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18	80-11
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	9-15
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-3, Углеводы-15	4-41
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	4-59
Итого за Обед		Калорийность-596, Белки-26, Жиры-27, Углеводы-86	132-84
Итого за день		Калорийность-1 187, Белки-39, Жиры-54, Углеводы-159	218-36

Директор школы



Калькулятор

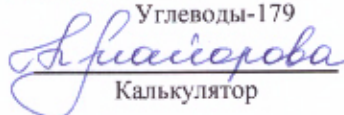


Заведующая производством

Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
200	Каша рисовая молочная жидкая <i>Молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-279, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-37	35-82
65	Омлет натуральный <i>Яйцо, молоко, масло сливочное</i>	Калорийность-106, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-2	30-15
40/10	Хлеб пшеничный, масло сливочное <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>	Калорийность-169, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-20	19-13
200	Чай с лимоном <i>чай черный, сахар, лимон</i>	Калорийность-61, Углеводы-15	7-38
Итого за Завтрак		Калорийность-615, Белки-15, Жиры-29, Углеводы-74	92-48
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы и моркови <i>Свекла, морковь, масло растительное</i>	Калорийность-83, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	17-05
250	Суп картофельный с клецками с мясом курицы <i>Картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, масло сливочное, яйцо, мука, мясо курицы 10гр (без кости)</i>	Калорийность-141, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19	27-78
250	Рагу из птицы – (50/150) <i>Масло растительное, картофель, морковь, лук репчатый, филе куриное, томатная паста, мука</i>	Калорийность-354, Белки-20, Жиры-20, Углеводы-23	92-09
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сухофрукты, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	9-15
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	6-12
Итого за Обед		Калорийность-838, Белки-31, Жиры-32, Углеводы-105	158-07
Итого за день		Калорийность-1 453, Белки-46, Жиры-61, Углеводы-179	250-55

Директор школы



Калькулятор



Заведующая производством

МУП КШП 2

СКОШ № 2

9 день 26.03.2026

Полдник

82	Кондитерское изделие Пирожное "Сюрприз"	Калорийность-434, Белки-5, Жиры-22, Углеводы-55	61-16
----	--	--	-------

200	Чай с шиповником	Калорийность-61, Углеводы-15	3-84
-----	------------------	------------------------------	------

Итого за Полдник		Калорийность-495, Белки-5, Жиры-22, Углеводы-70	65-00
------------------	--	--	-------

Директор школы

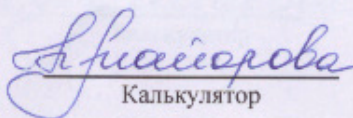
А. Крайнова
Калькулятор

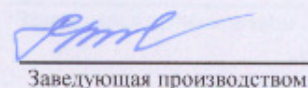
А. М. М.
Заведующая производством

Школа (Школа младшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
100	Пудинг творожный запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, сухари, яйцо</i>	Калорийность-215, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-18	68-36
30	Сметана <i>сметана 15%</i>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-1	16-02
150	Каша молочная пшениная жидкая <i>молоко, крупа пшено, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-209, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-27	25-74
200	Чай с сахаром <i>чай черный, сахар</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-93
40/10	Батон нарезной, сыр <i>Батон нарезной, сыр</i>	Калорийность-136, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-22	19-25
	Фрукт	Калорийность-47, Углеводы-10	43-74
Итого за Завтрак		Калорийность-580, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-75	176-04
Обед			
60	Салат из помидор <i>помидоры, масло растительное</i>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2	39-41
200	Суп с рыбными консервами <i>консервы рыбные (20 гр)картофель,морковь,лук репчатый,масло растительное,крупа рисовая</i>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13	48-11
200	Плов с курицей (50/150) <i>Филе куриное,морковь,крупа рисовая,масло растительное,лук репчатый,томатная паста</i>	Калорийность-342, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-36	74-03
200	Компот из свежих плодов <i>яблоки свежие, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	22-03
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-3, Углеводы-15	4-41
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10	4-59
Итого за Обед		Калорийность-760, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-99	192-58
Итого за день		Калорийность-1 340, Белки-50, Жиры-53, Углеводы-174	368-62

Директор школы


 Калькулятор


 Заведующая производством

Школа (Школа старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак

120	Пудинг творожный запеченный <i>творог 9 % жирн., сахар, крупа манная, масло растительное, сметана 15%, сухари, яйцо</i>	Калорийность-215, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-18	82-03
30	Сметана <i>сметана 15%</i>	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-2	16-02
200	Каша молочная пшеничная жидкая <i>молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-209, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-27	34-32
200	Чай с сахаром <i>чай черный, сахар</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-93
40/15	Батон нарезной, сыр <i>Батон нарезной, сыр</i>	Калорийность-156, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-22	28-12
	Фрукт	Калорийность-47, Углеводы-10	43-74

Итого за Завтрак Калорийность-690, Белки-25, Жиры-32,
Углеводы-81 **207-16**

Обед

100	Салат из свежих помидор <i>помидоры, масло растительное</i>	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-3	65-68
250	Суп с рыбными консервами <i>консервы рыбные (20 гр)картофель,морковь,лук репчатый,масло растительное,крупа рисовая</i>	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16	59-84
250	Плов с курицей (70/180) <i>Филе куриное,морковь,крупа рисовая,соб,масло растительное,лук репчатый,томатная паста</i>	Калорийность-428, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-45	89-61
200	Компот из свежих плодов <i>яблоки свежие, сахар</i>	Калорийность-96, Белки-1, Углеводы-23	22-03
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20	5-88
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	6-12

Итого за Обед Калорийность-964, Белки-36, Жиры-37,
Углеводы-121 **249-16**

Итого за день Калорийность-1 654, Белки-61, Жиры-69,
Углеводы-202 **456-32**

Директор школы

Л. И. Айерова
Калькулятор

М. М. М.
Заведующая производством

МУП КШП 2

СКОШ № 2

10 день 27.03.2026

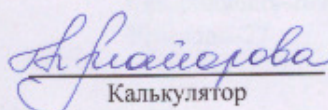
Полдник

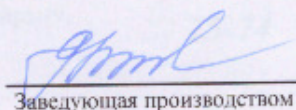
75	Кондитерское изделие Корж молочный	Калорийность-308, Белки-4, Жиры-15, Углеводы-39	40-00
----	---------------------------------------	--	-------

110	Кисломолочный напиток Йогурт фруктовый	Калорийность-96, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-16	25-00
-----	---	--	-------

Итого за Полдник		Калорийность-404, Белки-8, Жиры-17, Углеводы-55	65-00
------------------	--	--	-------

Директор школы


Калькулятор


Заведующая производством