

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 01.10.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-014229

Школы 7-11 лет

Завтрак

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|---|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Чай с лимоном или апельсином 180 | 180 | 0,37 | 0,56 | 14,67 | 64,25 |
| Пудинг творожный запеченный с бананом 200 | 200 | 23,65 | 33,36 | 38,59 | 500,65 |
| Масло сливочное (порциями) 7 | 7 | 4,47 | 0,06 | 0,08 | 40,79 |
| Молоко сгущенное 20 | 20 | 0,88 | 1,34 | 10,04 | 53,44 |
| Хлеб ржаной 40 | 40 | 0,48 | 2,64 | 13,36 | 68,32 |
| Хлеб пшеничный или батон 60 | 60 | 0,72 | 4,56 | 29,52 | 142,8 |
| ИТОГО | | 30,57 | 42,52 | 106,26 | 870,25 |

Обед

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|---|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Мясо отварное (говядина) 20 | 20 | 4,54 | 5,64 | 0,71 | 66,26 |
| Капуста цветная запеченая с чесноком 75 | 75 | 4,73 | 2,5 | 4,32 | 69,85 |
| Птица запеченая 90 | 90 | 4,41 | 28,74 | 1,02 | 158,73 |
| Суп картофельный с бобовыми 250 | 250 | 4,18 | 4,47 | 19,89 | 135,06 |
| Картофельное пюре 125 | 125 | 4,06 | 2,75 | 18,22 | 120,42 |
| Кисель из брусники (клюквы) 180 | 180 | 0,11 | 0,16 | 17,64 | 72,19 |
| Сельдь с луком 100 | 100 | 16,12 | 14,75 | 0,75 | 207,08 |
| Хлеб пшеничный или батон 45 | 45 | 0,54 | 3,42 | 22,14 | 107,1 |
| Хлеб ржаной 25 | 25 | 0,3 | 1,65 | 8,35 | 42,7 |
| ИТОГО | | 38,99 | 64,08 | 93,04 | 979,39 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|---------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Слойка с повидлом 85 | 85 | 2,29 | 3,59 | 36,03 | 179,09 |
| Фрукты 140 | 140 | 0,56 | 0,56 | 12,46 | 57,12 |
| Кисломолочный напиток 180 | 180 | 4,5 | 5,22 | 7,2 | 90,18 |
| ИТОГО | | 7,35 | 9,37 | 55,69 | 326,39 |

Зав. производством: _____



КГБУ "Центр питания"

СОГЛАСОВАНО

КГБОУ "Березовская школа"

МЕНЮ 01.10.2024

КГБОУ "Березовская школа"

Документ № НФНФ-014230

Школы 12 лет и старше



Завтрак

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|---|-------------|-------------|--------------|---------------|----------------|
| Пудинг творожный запеченный с бананом 250 | 250 | 29,55 | 41,71 | 48,22 | 625,67 |
| Хлеб пшеничный или батон 70 | 70 | 0,84 | 5,32 | 34,44 | 166,6 |
| Хлеб ржаной 60 | 60 | 0,72 | 3,96 | 20,04 | 102,48 |
| Масло сливочное (порциями) 8 | 8 | 5,1 | 0,06 | 0,1 | 46,54 |
| Молоко сгущенное 20 | 20 | 0,88 | 1,34 | 10,04 | 53,44 |
| Чай с лимоном или апельсином 200 | 200 | 0,41 | 0,62 | 16,3 | 71,37 |
| ИТОГО | | 37,5 | 53,01 | 129,14 | 1 066,1 |

Обед

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|---|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| Кисель из брусники (клюквы) 200 | 200 | 0,13 | 0,17 | 19,55 | 80,05 |
| Сельдь с луком 130 | 130 | 20,96 | 19,18 | 0,98 | 269,28 |
| Капуста цветная запеченая с чесноком 90 | 90 | 5,67 | 3 | 5,18 | 83,75 |
| Мясо отварное (говядина) 27 | 27 | 6,13 | 7,61 | 0,96 | 89,45 |
| Хлеб пшеничный или батон 65 | 65 | 0,78 | 4,94 | 31,98 | 154,7 |
| Хлеб ржаной 50 | 50 | 0,6 | 3,3 | 16,7 | 85,4 |
| Суп картофельный с бобовыми 300 | 300 | 5,02 | 5,37 | 23,86 | 162,1 |
| Птица запеченая 100 | 100 | 4,9 | 31,94 | 1,12 | 176,34 |
| Картофельное пюре 125 | 125 | 4,06 | 2,75 | 18,22 | 120,42 |
| ИТОГО | | 48,25 | 78,26 | 118,55 | 1 221,49 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|---------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Кисломолочный напиток 200 | 200 | 5 | 5,8 | 8 | 100,2 |
| Слойка с повидлом 85 | 85 | 2,29 | 3,59 | 36,03 | 179,09 |
| Фрукты 140 | 140 | 0,56 | 0,56 | 12,46 | 57,12 |
| ИТОГО | | 7,85 | 9,95 | 56,49 | 336,41 |

Зав. производством: _____