

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 08.10.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-017292

Школы 7-11 лет



Завтрак

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Хлеб ржаной 30 | 30 | 0,36 | 1,98 | 10,02 | 51,24 |
| Хлеб пшеничный или батон 50 | 50 | 0,6 | 3,8 | 24,6 | 119 |
| Чай с сахаром 180 | 180 | 0,37 | 0,53 | 14,55 | 63,65 |
| Каша "Дружба" рисово-пшенная молочная жидкая 200 | 200 | 7,41 | 6,41 | 33,74 | 227,29 |
| ЯЙЦО вареное 40 | 40 | 4,04 | 4,76 | 0,24 | 56,36 |
| Масло сливочное (порциями) 7 | 7 | 4,47 | 0,06 | 0,08 | 40,79 |
| ИТОГО | | 17,25 | 17,54 | 83,23 | 558,33 |

Обед

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|--|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Хлеб пшеничный или батон 45 | 45 | 0,54 | 3,42 | 22,14 | 107,1 |
| Капуста тушеная 200 | 200 | 4,98 | 5,06 | 15,2 | 125,86 |
| Котлета по-домашнему из п/ф 100 | 100 | 21,14 | 17,16 | 6,92 | 286,58 |
| Компот из смеси сухофруктов 200 | 200 | --- | 0,49 | 27,44 | 111,72 |
| Птица отварная 10 | 10 | 0,23 | 3,04 | 0,05 | 14,43 |
| Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат) 100 | 100 | 0,16 | 1 | 3,51 | 19,48 |
| Хлеб ржаной 25 | 25 | 0,3 | 1,65 | 8,35 | 42,7 |
| Суп с макаронными изделиями (лапшой) 250 | 250 | 3,97 | 2,43 | 16,96 | 113,29 |
| ИТОГО | | 31,32 | 34,25 | 100,57 | 821,16 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|------------------------------|-------------|--------------|------------|--------------|--------------|
| Бисквит "Прага" с бананом 50 | 50 | 15,76 | 3,92 | 26,12 | 262 |
| Фрукты 140 | 140 | 0,56 | 0,56 | 12,46 | 57,12 |
| Кисломолочный напиток 180 | 180 | 4,5 | 5,22 | 7,2 | 90,18 |
| ИТОГО | | 20,82 | 9,7 | 45,78 | 409,3 |

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

МЕНЮ 08.10.2024

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-017293

Школы 12 лет и старше

Завтрак

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Масло сливочное (порциями) 8 | 8 | 5,1 | 0,06 | 0,1 | 46,54 |
| Хлеб ржаной 50 | 50 | 0,6 | 3,3 | 16,7 | 85,4 |
| Хлеб пшеничный или батон 60 | 60 | 0,72 | 4,56 | 29,52 | 142,8 |
| Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200 | 200 | 7,41 | 6,41 | 33,74 | 227,29 |
| Чай с сахаром 200 | 200 | 0,41 | 0,58 | 16,16 | 70,65 |
| ЯЙЦО вареное 40 | 40 | 4,04 | 4,76 | 0,24 | 56,36 |
| ИТОГО | | 18,28 | 19,67 | 96,46 | 629,04 |

Обед

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|--|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Овощное ассорти 13 (перец болгарский, огурец, томат) 100 | 100 | 0,16 | 1 | 3,51 | 19,48 |
| Капуста тушеная 200 | 200 | 4,98 | 5,06 | 15,2 | 125,86 |
| Хлеб ржаной 50 | 50 | 0,6 | 3,3 | 16,7 | 85,4 |
| Хлеб пшеничный или батон 65 | 65 | 0,78 | 4,94 | 31,98 | 154,7 |
| Птица отварная 30 | 30 | 0,7 | 9,12 | 0,16 | 43,42 |
| Котлета по-домашнему из п/ф 100 | 100 | 21,14 | 17,16 | 6,92 | 286,58 |
| Компот из смеси сухофруктов 200 | 200 | --- | 0,49 | 27,44 | 111,72 |
| Суп с макаронными изделиями (лапшой) 300 | 300 | 4,77 | 2,92 | 20,36 | 136,05 |
| ИТОГО | | 33,13 | 43,99 | 122,27 | 963,21 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход блюда | Жиры | Белки | Углеводы | Каллории |
|------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Фрукты 140 | 140 | 0,56 | 0,56 | 12,46 | 57,12 |
| Бисквит "Прага" с бананом 50 | 50 | 15,76 | 3,92 | 26,12 | 262 |
| Кисломолочный напиток 200 | 200 | 5 | 5,8 | 8 | 100,2 |
| ИТОГО | | 21,32 | 10,28 | 46,58 | 419,32 |

Зав. производством: _____

