

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 16.10.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"



КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-017304

Школы 7-11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Чай с молоком 180	180	2,48	3,11	16,68	101,48
Суп молочный с макаронными изделиями 200	200	4,23	5,44	21,44	145,59
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
ИТОГО		11,66	18,6	90,59	541,7

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Хлеб ржаной 25	25	0,3	1,65	8,35	42,7
Уха Ростовская 250	250	5,33	6,57	10,8	117,45
Картофель, запеченный дольками 200	200	5,52	4,94	37,81	220,68
Салат Витаминный со сладким перцем 100	100	6,18	1,43	9,64	99,9
Котлета куриная из п/ф 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Хлеб пшеничный или батон 45	45	0,54	3,42	22,14	107,1
ИТОГО		26,64	34,89	122,69	870,08

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кисломолочный напиток 180	180	4,5	5,22	7,2	90,18
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,58	9,94	45,34	271,34

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 16.10.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-017305

Школы 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Суп молочный с макаронными изделиями 250	250	5,31	6,8	26,85	182,39
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
ИТОГО		13,14	20,97	101,14	606,7

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Уха Ростовская 300	300	6,4	7,88	12,95	140,92
Картофель, запеченный дольками 200	200	5,52	4,94	37,81	220,68
Салат Витаминный со сладким перцем 100	100	6,18	1,43	9,64	99,9
Котлета куриная из п/ф 120	120	10,13	19,6	14,62	228,05
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
ИТОГО		29,61	42,28	145,36	1 017,05

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 80	80	1,04	8,32	51,36	248,08
ИТОГО		6,6	14,68	71,82	405,4

Зав. производством: _____

