

КГБУ "Центр питания"

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

МЕНЮ 18.10.2024

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-017308

Школы 7-11 лет



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 7	7	4,47	0,06	0,08	40,79
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Какао с молоком 180	180	4,37	5,57	17,19	130,37
ИТОГО		17,49	16,67	85,56	566,33

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощное ассорти 9 (томат, огурец) 100	100	0,19	0,9	3	17,31
Хлеб ржаной 25	25	0,3	1,65	8,35	42,7
Мясо отварное (говядина) 20	20	4,54	5,64	0,71	66,26
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Каша гречневая рассыпчатая 150	150	6,24	7,41	32,48	215,72
Суп с макаронными изделиями (лапшой) 250	250	3,97	2,43	16,96	113,29
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
Хлеб пшеничный или батон 45	45	0,54	3,42	22,14	107,1
ИТОГО		39,32	37,85	117,27	974,36

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Мороженое с пробиотиками 45	45	3,38	1,89	9,23	74,9
Молоко сгущенное 20	20	0,88	1,34	10,04	53,44
Сырники из творога из п/ф 100	100	5,84	20,01	24,61	231,04
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		10,1	23,43	65,54	446,78

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

МЕНЮ 18.10.2024

КГБОУ "Березовская школа"

Документ № НФНФ-017309

Школы 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Какао с молоком 180	180	4,37	5,57	17,19	130,37
Каша "Боярская" пшенная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
ИТОГО		18,36	18,09	93,84	612,96

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощное ассорти 9 (томат, огурец) 100	100	0,19	0,9	3	17,31
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
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
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
Суп с макаронными изделиями (лапшой) 300	300	4,77	2,92	20,36	136,05
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
ИТОГО		43,51	44,95	145,57	1 153,67

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Мороженое с пробиотиками 45	45	3,38	1,89	9,23	74,9
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Молоко сгущенное 20	20	0,88	1,34	10,04	53,44
Сырники из творога из п/ф 100	100	5,84	20,01	24,61	231,04
ИТОГО		10,1	23,43	65,54	446,78

Зав. производством: _____