

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 19.12.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-022675

Школы 7-11 лет



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 19	19	4,94	4,14	---	61,02
Каша манная молочная жидкая 200	200	6,54	5,93	29,16	199,22
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
Кофейный напиток с молоком 180	180	3,76	6,56	20,49	142,04
ИТОГО		16,56	24,49	95,87	630,48

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
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
Фрикадельки мясные из п/ф 20	20	5,42	4,9	0,77	71,46
Суп картофельный 250	250	3,92	1,77	12,94	94,12
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Рис отварной 150	150	2,96	3,75	37,94	193,4
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Поджарка из рыбы 100	100	6,32	18,45	8,11	163,12
ИТОГО		28,08	37,77	120,18	884,52

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 38	38	11,63	1,48	23,75	205,59
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кисломолочный напиток 180	180	4,5	5,22	7,2	90,18
ИТОГО		16,69	7,26	43,41	352,89

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

МЕНЮ 19.12.2024

КГБОУ "Березовская школа"

Документ № НФНФ-022676

Школы 12 лет и старше



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Каша манная молочная жидкая 200	200	6,54	5,93	29,16	199,22
Кофейный напиток с молоком 180	180	3,76	6,56	20,49	142,04
Сыр (порциями) 29	29	7,54	6,32	---	93,14
Хлеб пшеничный или батон 80	80	0,96	6,08	39,36	190,4
ИТОГО		19,64	29,51	112,39	744,36

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
Суп картофельный 300	300	4,71	2,13	15,55	113,11
Фрикадельки мясные из п/ф 30	30	8,14	7,36	1,15	107,3
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
ИТОГО		38,21	50,01	154,68	1 162,65

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Кондитерские изделия 57	57	17,44	2,22	35,63	308,36
ИТОГО		23	8,58	56,09	465,68

Зав. производством: _____