

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 22.10.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-017312

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-пшеничная 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"

МЕНЮ 22.10.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"

КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-017313

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-пшенная 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: _____