

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 24.10.2024

СОГЛАСОВАНО  
КГБОУ "Березовская школа"



КГБОУ "Березовская школа"

Документ № НФНФ-017316

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"

МЕНЮ 24.10.2024

СОГЛАСОВАНО  
КГБОУ "Березовская школа"



КГБОУ "Березовская школа"  
Документ № НФНФ-017317

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         |
| <b>ИТОГО</b>                    |             | <b>19,64</b> | <b>29,51</b> | <b>112,39</b> | <b>744,36</b> |

**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          |
| <b>ИТОГО</b>                           |             | <b>38,21</b> | <b>50,01</b> | <b>154,68</b> | <b>1 162,65</b> |

**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        |
| <b>ИТОГО</b>              |             | <b>23</b> | <b>8,58</b> | <b>56,09</b> | <b>465,68</b> |

Зав. производством: \_\_\_\_\_