

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 27.12.2024

СОГЛАСОВАНО  
КГБОУ "Березовская школа"

КГБОУ "Березовская школа"

Документ № НФНФ-022687

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        |
| <b>ИТОГО</b>   |             | <b>17,49</b> | <b>16,67</b> | <b>85,56</b> | <b>566,33</b> |

**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         |
| <b>ИТОГО</b>                             |             | <b>39,32</b> | <b>37,85</b> | <b>117,27</b> | <b>974,36</b> |

**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          |
| <b>ИТОГО</b>                          |             | <b>10,1</b> | <b>23,43</b> | <b>65,54</b> | <b>446,78</b> |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 27.12.2024

СОГЛАСОВАНО  
КГБОУ "Березовская школа"



КГБОУ "Березовская школа"  
Документ № НФНФ-022688

Школы 12 лет и старше

**Завтрак**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Жиры         | Белки        | Углеводы     | Калории       |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 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" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200 | 200         | 7,49         | 6,88         | 34,39        | 232,49        |
| <b>ИТОГО</b>   |             | <b>18,36</b> | <b>18,09</b> | <b>93,84</b> | <b>612,96</b> |

**Обед**

| Наименование блюда                       | Выход блюда | Жиры         | Белки        | Углеводы      | Калории         |
|--|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| 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          |
| <b>ИТОГО</b>                             |             | <b>43,51</b> | <b>44,95</b> | <b>145,57</b> | <b>1 153,67</b> |

**Полдник**

| Наименование блюда                    | Выход блюда | Жиры        | Белки        | Углеводы     | Калории       |
|---------------------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 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        |
| <b>ИТОГО</b>                          |             | <b>10,1</b> | <b>23,43</b> | <b>65,54</b> | <b>446,78</b> |

Зав. производством: \_\_\_\_\_