

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 30.09.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"



КГБОУ "Березовская школа"

Документ № НФНФ-014227

Школы 7-11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сыр (порциями) 19	19	4,94	4,14	---	61,02
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Чай с сахаром 180	180	0,37	0,53	14,55	63,65
Масло сливочное (порциями) 7	7	4,47	0,06	0,08	40,79
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
ИТОГО		17,95	18,07	84,86	573,27

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Сметана 10	10	1,32	0,24	0,33	14,16
Хлеб ржаной 25	25	0,3	1,65	8,35	42,7
Салат Витаминный с яблоком 100	100	4,58	1,33	10,76	89,58
Мясо отварное (говядина) 20	20	4,54	5,64	0,71	66,26
Суп рисовый 250	250	3,99	2,81	19,3	124,35
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Хлеб пшеничный или батон 45	45	0,54	3,42	22,14	107,1
ИТОГО		41,52	33,48	117,46	977,44

Полдник

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

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 30.09.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Березовская школа"



КГБОУ "Березовская школа"
Документ № НФНФ-014228

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
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Сыр (порциями) 29	29	7,54	6,32	---	93,14
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		21,46	21,72	94,75	659,02

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сметана 10	10	1,32	0,24	0,33	14,16
Салат Витаминный с яблоком 100	100	4,58	1,33	10,76	89,58
Суп рисовый 300	300	4,79	3,37	23,16	149,23
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
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
ИТОГО		44,45	39,18	139,76	1 115,81

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
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: _____