

МЕНЮ

Согласовано:



ООО "Калужский комбинат школьного питания"
Категория: Дети 12 лет и старше

ДАТА: 10 октября 2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая	N2 рецептуры
			Белки	Т Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	1,05	117	Н
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		260	4,04	7,77	15,14	239	
ЗАВТРАК 2	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	7,28	12,75	38,55	348,8	181
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,96	101,12	379
	Хлеб пшеничный	100	7,90	1,00	2,10	233,8	Н
	Сыр (порциями)	15	3,94	3,99	0,00	51,5	15
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		565	22,28	20,42	56,61	735,22	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	100	1,50	10,10	8,50	131,00	57
	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	250	9,00	6,25	10,75	136,25	88
	Запеканка картофельная с мясом (с соусом)	230	22,68	25,44	28,20	389,16	284
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	90	402
	Хлеб ржаной	120	7,92	1,44	40,08	208,8	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	41,70	43,33	119,23	955,21	
ПОЛДНИК	Блины со сгущенным молоком	150/60	6,44	4,61	43,33	241	396
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Горошек зеленый консервированный	50	1,57	1,02	3,28	28,49	244
	Фрукты свежие	200	0,80	0,80	19,60	88	338
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		660	8,87	6,45	80,17	413,31	
УЖИН	Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,18	34,24	208,08	205
	Рыба припущенная (хек)	125	28,44	8,90	0,78	196,88	79
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный 1	90	7,11	0,90	1,89	210,42	Н
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14
ИТОГО ЗА УЖИН		605	41,90	24,25	51,00	737,2	
УЖИН 2 Снежок		180	5,22	4,50	7,20	90	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	7,20	90	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3170	124,01	106,72	329,35	3170	

Директор

Технолог

Зав. производством