

МЕНЮ

Согласовано: _____



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

ДАТА: 8 октября 2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая	N2 рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
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	238,82	
ЗАВТРАК 2	Омлет натуральный	180	16,72	29,79	3,17	293,58	210
	Какао с молоком	200	4,	3,54	17,58	118,88	397
	Хлеб пшеничный	100	7,90	1,00	2,10	51,5	Н
	Сыр (порциями)	15	3,94	3,99	0,00	51,5	15
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		495	32,64	38,32	22,85	697,76	
ОБЕД	Салат из картофеля с солеными огурцами	100	13,65	52,10	85,70	66	22
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	9,00	6,25	10,75	136,25	88
	Сметана	22	0,57	3,30	0,79	35,64	488
	Жаркое с мясом птицы	250	4,95	22,2	41,75	474,6	б/н
	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		942	36,69	85,39	210,77	1011,29
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	80	4,80	3,89	48,46	244,57	
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107	385
	Фрукты свежие	200	0,80	0,80	19,60	88	338
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		480	11,40	9,69	77,66	439,6
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 молоком и сахаром	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	14
	Хлеб пшеничный 1	90	7,11	0,90	1,89	210,42	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		605	43,26	25,49	51,84	756,72	
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:		2962	133,25	171,16	385,46	3234,2	

Директор

Технолог

Зав. производством