

МЕНЮ

Согласовано: _____



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

ДАТА: 11 октября 2024г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая | №2 рецептуры |
|--------------------|----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 12 | | | | | | | |
| 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 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,96 | 101,12 | 379 |
| | 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 | 31,72 | 37,46 | 21,23 | 680 | |
| ОБЕД | Салат из квашеной капусты | 100 | 1,71 | 5,00 | 8,46 | 85,7 | 47 |
| | Суп картофельным с клецками | 300 | 4,26 | 5,52 | 22,56 | 173,1 | 108 |
| | Капуста тушеная | 200 | 4,08 | 7,36 | 15,78 | 154 | 139 |
| | Тефтели мясные (ежики) | 100 | 6,82 | 7,83 | 8,62 | 132,5 | 287 |
| | 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 | | 1020 | 25,39 | 27,25 | 127,20 | 844,1 | |
| ПОЛДНИК | Булочка "Пермская" | 60 | 3,44 | 7,28 | 27,52 | 189,6 | 657 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,6 | 107 | 385 |
| | Фрукты свежие I | 200 | 0,80 | 0,80 | 19,6 | 94 | 338 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 460 | 10,04 | 13,08 | 56,7 | 390,6 | |
| УЖИН | Картофельное пюре (с маслом) | 180 | 3,73 | 10,98 | 21,58 | 207,43 | 128 |
| | Рыба, запеченная с яйцом (сайда) | 125120 | 30,54 | 18,75 | 5,89 | 314,29 | 55 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,02 | 0,02 | 13,96 | 55,82 | 376 |
| | Масло (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 | 14 |
| | Хлеб пшеничный I | 90 | 7,11 | 0,90 | 1,89 | 210,42 | Н |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 605 | 41,52 | 37,90 | 43,45 | 853,96 | |
| УЖИН 2 Кефир | | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,2 | 81 | 386 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,2 | 81 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | 3020 | 118 | 128 | 271 | 3088 | |

Директор

Технолог

Зав. производством