

МЕНЮ

Согласовано:



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

ДАТА: 16 октября 2024г.

Категория: Дети 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая	N2 рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
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	Каша жидкая молочная пшеничная	250	8,95	13,95	44,10	314,27	182
	Какао с молоком	200	4,08	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		565	24,87	22,48	63,78	718,45	
ОБЕД	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,54	113,8	73
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,92	103,75	82
	Сметана	22	0,57	3,30	0,79	35,64	488
	Картофельное пюре (с маслом)	180	3,73	10,98	21,58	207,43	128
	Птица отварная	120	28,28	19,55	0,68	279,43	404
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40	0,00	29,00	122	503
	Хлеб ржаной	120	7,92	1,44	40,08	208,8	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		992	46,43	47,39	117,59	1070,85	
ПОЛДНИК	Сырники из творога с повидлом	150	17,25	9,15	35,2	293,0	54/6
	Фрукты свежие	200	0,80	0,80	19,60	88	338
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	18,05	9,95	54,80	381	
УЖИН	Капуста тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154	139
	Тефтели мясные (ежики)	100	6,82	7,83	8,62	132,5	287
	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,10	1,4	142
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
	Кондитерские изделия	20	0,60	0,70	16,00	68,00	614
	Хлеб пшеничный I	90	7,11	0,90	1,89	210,42	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		620	18,89	24,04	42,52	632,32	
Ужин Кефир		180	5,22	4,50	7,20	81,0	386
ИТОГО ЗА УЖИН 2		180	5,22	4,50	7,20	81,0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2967	117,5	116,13	301,03	3122	

Директор

Технолог

Зав. производством