

МЕНЮ

Согласовано: _____

ООО "Калужский комбинат школьного питания"

ДАТА: 25 октября 2024г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая	№ 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 1	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 1	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