

МЕНЮ

ООО "Калужская продовольственная компания"

11-18 лет

ДАТА: 12 октября 2023г.



	Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
		Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	В1,мг	С,мг	А,мг	Е,мг	Са,мг	Р,мг	Мг,мг	Fe,мг
Завтрак													
Булочка	50	162,4	2,96	4	30,48	0,052	0	0	0	8	33,2	12	0,6
Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахар)	200	227,32	3,13	14,80	20,40	0,10	7,80	0,40	0,30	20,00	124,00	22,50	0,05
Завтрак													
Суп вермишелевый молочный (Вермишель, молоко, вода, сахар, соль, масло сливочное)	250	313,3	12,1	15,7	30,9	0,02	1,2	0,07	1,7	253	360	48	0,4
Масло сливочное, сыр	10/20	130,00	4,11	12,60	0,08	0,00	0,32	0,01	0,20	201,20	110,00	10,04	0,24
Кофейный напиток (кофейный напиток, молоко, вода, сахар)	200	120,60	2,97	3,51	19,30	0,00	0,30	0,01	0,10	120,00	90,00	14,00	0,10
Хлеб пшеничный 1/50 г (хлеб)	50	192,00	5,1	0,85	41,0	0,14	0,00	0,00	0,20	247,00	37,00	38,10	0,30
Обед													
Овощи по сезону	50	127,4	3,1	7,4	12,1	0,01	1,2	0,06	2,3	22,9	65,2	13	1
Рассольник с мясом и сметаной (крупа рис, огурцы сол., картофель, мясо говядина, лук репка, м.растит., морковь, соль, сметана)	350/15/11	101,20	2,36	5,40	10,8	0,01	13,00	0,04	1,80	27,00	74,00	8,24	1,80
Запеканка картофельная с мясом (мясо свинина, яйцо кур., картофель, соль, масло раст., лук репч.)	230	209,46	14,8	14,9	4,04	0,01	1,40	0,10	0,60	13,00	106,00	11,90	1,4
Хлеб ржаной	50	212,00	8	1,2	42,30	0,18	0,00	0,00	0,00	58,75	196,00	43,10	3,0
Кисель плодово-ягодный	200	57,00	0,05	0	14,20	0,00	0,50	0,00	0,00	2,90	2,10	0,70	0,0
Полдник													
Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахар)	200	90,26	0,24	2,10	17,60	0,00	2,10	0,00	0,10	7,35	9,34	3,10	0,91
Фрукты	300	81,88	0,87	0	19,60	0,60	20,00	0,00	0,04	32,00	22,00	18,00	1,4
Булочка	50	162,4	2,96	4	30,48	0,052	0	0	0	8	33,2	12	0,6
Ужин													
Овощи по сезону	50	127,4	3,1	7,4	12,1	0,01	1,2	0,06	2,3	22,9	65,2	13	1
Котлета "Любительская" рыбная (фарш рыбный, яйцо, хлеб пшеничный, молоко, масло раст., соль)	130	247,30	20,10	15,70	6,40	0,07	2,70	0,03	1,30	163,00	167,40	35,90	1,20
Рис отварной (крупа рис, вода, соль, масло слив.)	180	247,30	20,10	15,70	6,40	0,07	2,70	0,03	1,30	163,00	167,40	35,90	1,20
Чай с сахаром (чай заварка, вода, сахар)	200	227,32	3,13	14,80	20,40	0,10	7,80	0,40	0,30	20,00	124,00	22,50	0,05
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	50 / 50	57	0,2	0,05	14	0	0,1	0	0	5,25	8	4,4	0,8
Масло сливочное	1/10	162,4	2,96	4	30,48	0,052	0	0	0	8	33,2	12	0,6
Кисломолочный продукт	200	1,00	0,00	18,20	76,00	0,20	4,00	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60 #
		643,70	31,40	24,34	74,80	0,26	4,00	0,09	3,60	249,90	456,60	96,40	5,96
		2927,06	116,70	107,94	375,95	1,60	67,06	0,35	12,95	1607,10	1936,44	#####	####

Директор

Технолог

Зав. производством

12 день