

МЕНЮ

Согласовано: _____


ООО "Калужская продовольственная компания"

Дата: 15 октября 2023 г.



11-18 лет

	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества				Цена	
	Выход	Белки	Жиры	Углевод ы	ККал	В1,мг	С,мг	А,мг	Е,мг	Са,мг	Р,мг	Mg,мг		Fe,мг
Завтрак														
Булочка	50	5,26	3,81	25	155,3	0,1	0,1	0,02	1,8	21	97	12	0,2	19,35
Чай с сахаром (вода, сахар)	200	5,7	7,3	4,59	106,9	0,06	1,37	0,02	0	234,2	185	16,3	0,02	11,00
Завтрак														30,35
Каша пшеничная молочная (крупя пшеничная, молоко, вода, масло сл. Соль, сахар)	250	11,4	16	53,6	404	0,02	0,9	0,03	0,4	200	198	35	0,2	28,00
Колбаса в/к	25	2,50	7,20	0,10	88,70	0,00	0,00	0,40	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	19,70
Кофейный напиток (кофейный напиток, молоко, вода, сахар)	200	3,0	3,5	19	121	0	0	0	0	120	90	14	0	11,00
Хлеб пшеничный 1/50 г (хлеб)	50	5,1	0,85	41,0	192,00	0,14	0,00	0,00	0,20	247,00	37,00	38,10	0,30	2,00
														60,70
Обед														
Овощи по сезону	50	1,98	5,8	10,8	103,32	0	7,1	0	4,6	49	46	1,8	0,2	8
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной (картофель, капуста, лук, морковь, говядина, сметана, вода, соль)	350/15/11	8,73	2,09	4,4	71,25	0,09*	12,00	0,04	1,50	48,00	4,10	17,00	0,90	34,50
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, вода, соль, масло сл.)	180	200,90	5,70	6,10	30,80	0,07		0,40	1,10	15,90	48,20	17,80	1,70	17,00
Котлета куриная (рис, морковь, капуста, мясо птицы, лук реп., соль, масло раст.)	110	12,2	9,6	1,20	122,00	0,05	0,48	0,31	0,14	37,86	106,70	15,00	1,8	28,72
Хлеб ржаной	50	8	1,2	42,30	212,00	0,18	0,00	0,00	0,00	58,75	196,00	43,10	3,0	2,00
Компот из сухофруктов (вода, сахар, сухофрукты)	200	0,46	0,1	27,50	113,00	0,00	0,00	0,00	0,10	16,00	8,30	26,00	0,6	12,00
Полдник														102,22
Напиток лимонный	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	9,00
Фрукты	300	0,87	0	19,60	81,88	0,60	20,00	0,00	0,04	32,00	22,00	18,00	1,4	10,00
Блины со сгущенкой	50	3,8	2,5	28,5	144	0,09	0	0	0	12,5	42,5	16,5	72,5	11,67
Ужин														30,67
Сельдь по-деревенски (сельдь, лук репка, масло растительное)	50	9,44	22,3	5,21	259,3	0,01	3,4	0	6,5	46	107	19	0,9	22,00
Запеканка картофельная (курица, картофель, лук, масло сл., пата том., соль)	230	17,50	18,40	24,20	332,00	0,02	10,00	0,03	5,00	31,00	204,00	26,00	0,40	40,87
Чай с сахаром (вода, сахар)	200	0,2	0,05	14	57	0	0,1	0	0	5,25	8	4,4	0,8	9,00
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	50/50	8,00	1,19	42,30	212,00	0,18		0,00	0,00	58,75	196,00	43,10	3,00	4,00
Конфеты	30	1,92	13,88	23,04	219,60	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	22,80	2,80	0,40	
Масло сливочное	10	3,0	4,0	30,48	130	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	106,54
Всего:		117,43	122,9	437,8	3295	1,724	61,94	1,36	14,92	1246	1714,2	370,2	90,5	

Директор 

Технолог

Зав. производством 