

МЕНЮ

ООО "Калужская продовольственная компания"

Согласовано: _____

ДАТА: 27 октября 2023г.

11-18 лет

	Пищевая ценность					Витамины				Мин.вещества				Цена
	Выход	ККал	Белки	Жиры	Углево ды	В1,мг	С,мг	А,мг	Е,мг	Са,мг	Р,мг	Mg,мг	Fe,мг	
Завтрак														
Булочка	50	149,2	2,3	3,6	26,9	0,01	0	0,02	1,5	22	76	13	11	19,35
Чай с сахаром (вода, чай заварка, сахар)	200	112,52	5,6	6,38	8,18	0,04	0,9	0,04	0,2	124	121,4	92	0,1	11,00
Завтрак														
Каша гречневая молочная (крупя гречневая, молоко, вода, масло сл. Соль, сахар)	220	313,3	12,1	15,7	30,9	0,02	1,2	0,07	1,7	253	360	48	0,4	30,98
Масло сливочное/Сыр	10/20	75,20	2,50	7,20	0,10	0,00	0,00	0,40	0,10	2,00	3,00	0,00	0,00	16,72
Какао с молоком (какао ,молоко, вода, сахар)	200	188,70	5,20	6,30	27,30	0,06	5,00	0,20	0,05	126,00	113,00	29,00	0,90	11,00
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	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
Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, лук репка, морковь, соль, рыбные консервы, вода)	350 /15	245,00	23,70	4,31	27,7	0,10	7,90	0,10	1,60	86,00	165,00	12,00	1,60	30,50
Печеночные оладьи (печень говяж., лук реп., мука пшен., яйцо ,соль, масло раст.)	130	12,5	19,7	29,70	346,10	0,03	9,40	0,00	2,70	51,00	266,00	23,10	0,4	25,00
Макароньы отварные (макароньы, вода, соль, масло сл.)	180	235,00	21,2	7,17	21,40	0,20	17,00	0,03	0,20	20,00	95,00	1,00	1,5	20,00
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	2,00
Напиток из кураги (вода, сахар, курага)	200	90,26	0,24	2,1	17,60	0,00	2,10	0,00	0,10	7,35	9,34	3,10	0,9	15,00
Полдник														
Чай с сахаром, с лимоном (вода, чай-заварка, лимон, сахар)	200	76,00	1,00	0,00	18,20	0,20	4,00	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	9,00
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	12,49
Булочка	50	144	3,8	2,5	28,2	0,09	0	0	0	12,5	42,5	16,5	0,75	8,86
Ужин														
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
Жаркое по-домашнему с курицей (картофель, лук реп., морковь, соль, сахар, паста том., масло раст., мука, куры, вода)	230	4,55	8,53	21,83	181,70	0,07	37,65	0,01	0,25	128,34	43,50	22,00	1,73	29,87
Кисель плодовая годный (кисель плодовая год., вода, сахар)	200	57	0,05	0	14,2	0	0,5	0	0	2,9	2,1	0,7	0	18,00
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	50/50	212,00	8,00	1,19	42,30	0,18		0,00	0,00	58,75	196,00	43,10	3,00	10,00
Печенье	25,00	4,24	28,52	158,80	3,40	0,05	0,43	0,00	0,00	9,60	3,00	6,80	0,44	10,00
Масло сливочное	10	3,0	4,0	30,48	130	0,052	0	0	0	8	33,2	12	0,6	
Кисломолочный продукт	200,00	1,00	0,00	18,20	76,00	0,20	4,00	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	106,22
Всего:		106,17	113,3	385,42	2988	1,6	80,5	1,09	16,41	1285	2006	435,2	18,3	

Директор



Технолог

Зав. производством

