

КГБУ "Центр питания"

СОГЛАСОВАНО
Директор КГБОУ "Красноярская школа № 5"
Е.А. Клочкова

МЕНЮ 25.10.2024

КГБОУ "Красноярская школа № 5"
Документ № НФНФ-015986

Школы 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Хлеб ржаной 60	60	0,72	3,96	20,04	102,48
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Сыр (порциями) 29	29	7,54	6,32	---	93,14
ИТОГО		30,6	31,48	75,71	704,16

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
Сельдь с луком 130	130	20,96	19,18	0,98	269,28
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Свинина, тушеная с овощами 200	200	19,67	12,04	19,9	304,79
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Рассольник Ленинградский 300	300	4,72	2,35	16,39	117,44
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		52,86	49,61	108,57	1 108,46

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Пирожок печеный с мясным фаршем 100	100	17,74	15,33	30,61	343,42
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
ИТОГО		18,31	16,49	69,73	509,67

Зав. производством: _____