

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 10.01.2025

СОГЛАСОВАНО

Директор КГБОУ "Красноярская школа № 5"

Е.А. Ключкова

КГБОУ "Красноярская школа № 5"

Документ № НФНФ-015966

Школы 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Яйца вареные	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Хлеб ржаной 30	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 40	65	0,78	4,94	31,98	154,7
Масло сливочное (порциями) 8	50	5,1	0,06	0,1	46,54
Какао с молоком 180	180	4,37	5,57	17,19	130,37
Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,14	6,26	28,05	201,5
ИТОГО		23,04	26,08	94,32	688,96

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощное ассорти 9 (томат, огурец) 100	150	0,28	1,35	4,5	25,92
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Уха Ростовская	300	6,4	7,88	12,95	140,92
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	33,94	258,78
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
ИТОГО		39,1	42,75	138,7	1 077,70

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с лимоном и апельсином	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Фрукты	130	0,52	0,52	11,57	53,04
Молоко сгущенное 20	20	0,88	1,34	10,04	53,44
Сырники из творога из п/ф 100	100	5,84	20,01	24,61	231,04
ИТОГО		7,65	22,49	62,52	408,89

Зав. производством: _____