

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 13.01.2025

СОГЛАСОВАНО

КГБОУ "Красноярская школа № 5"

Директор

Е.А. Ключкова

КГБОУ "Красноярская школа № 5"

Документ № НФНФ-000769

Школы 7-11 лет



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 7	7	4,47	0,06	0,08	40,79
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Какао с молоком 180	180	4,37	5,57	17,19	130,37
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Фрукты (порциями) 125	125	0,5	0,5	11,13	51,02
ИТОГО		16,84	15,48	81,15	538,08

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофельное пюре 200	200	6,49	4,39	29,15	192,57
Салат Столичный 100	100	16,55	10,17	4,42	207,31
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
Сметана 10	10	1,32	0,24	0,33	14,16
Хлеб ржаной 25	25	0,3	1,65	8,35	42,7
Мясо отварное (говядина) 20	20	4,54	5,64	0,71	66,26
Борщ из свежей капусты с картофелем 250	250	3,77	1,76	11,84	88,33
Котлета рыбная из минтая из п/ф 120	120	10,74	14,83	19,07	232,26
Хлеб пшеничный или батон 45	45	0,54	3,42	22,14	107,1
ИТОГО		44,25	42,29	117,67	1 038,09

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Бисквит "Прага" с бананом 50	50	15,76	3,92	26,12	262
Молоко 180	180	4,16	5,1	8,32	91,12
Фрукты (порциями) 125	125	0,5	0,5	11,13	51,02
ИТОГО		20,42	9,52	45,57	404,14

Зав. производством: _____