

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 21.03.2025

СОГЛАСОВАНО
КГБОУ "Красноярская школа № 5"
Директор _____ Е.А. Ключкова

КГБОУ "Красноярская школа № 5"
Документ № НФНФ-001048

Школы 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	* Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 8	8	5,1	0,06	0,1	46,54
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ЯЙЦО вареное 50	50	5,05	5,95	0,3	70,45
Какао с молоком 180	180	4,37	5,57	17,19	130,37
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
Каша пшеничная молочная жидкая 200	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
Уха Ростовская 300	300	6,4	7,88	12,95	140,92
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Мясо отварное (говядина) 27	27	6,13	7,61	0,96	89,45
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Салат "Степной" из разных овощей 100	100	9,04	1,69	9,36	125,56
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
ИТОГО		53,99	50,7	144,52	1 266,79

Полдник

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

Зав. производством: _____