

СОГЛАСОВАНО

Директор КГБОУ "Красноярская школа № 5"

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 27.12.2024

Е.А. Клочкова

КГБОУ "Красноярская школа № 5"

Документ № НФНФ-015965

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 ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Фрукты 140	140	0,56	0,56	12,46	57,12
Каша "Боярская" пшенная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Какао с молоком 180	180	4,37	5,57	17,19	130,37
<b>ИТОГО</b>		<b>17,49</b>	<b>16,67</b>	<b>85,56</b>	<b>566,33</b>

## Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощное ассорти 9 (томат, огурец) 100	100	0,19	0,9	3	17,31
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
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Каша гречневая рассыпчатая 150	150	6,24	7,41	32,48	215,72
Суп с макаронными изделиями (лапшой) 250	250	3,97	2,43	16,96	113,29
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
Хлеб пшеничный или батон 45	45	0,54	3,42	22,14	107,1
<b>ИТОГО</b>		<b>39,32</b>	<b>37,85</b>	<b>117,27</b>	<b>974,36</b>

## Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Мороженое с пробиотиками 45	45	3,38	1,89	9,23	74,9
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
Соки овощные, фруктовые и ягодные 190	190	---	0,19	21,66	87,4
<b>ИТОГО</b>		<b>10,1</b>	<b>23,43</b>	<b>65,54</b>	<b>446,78</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_