

Подразделение: Школа

ГБОУ КК "ДШИИ и КК им.В.Г.Захарченко "

По Главному меню

10.09.2024

МЕНЮ НА ВЫХОД

Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
Завтрак					
Помидоры соленые консервированные (помидоры соленые)	60	0,66	0,07	2,11	11,67
Омлет с морковью (вареный на пару) (молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, яйцо куриное, морковь, соль поваренная йодированная)	210	15,53	23,94	7,76	306,88
Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% м.д.ж, кофейный напиток, сахар)	200	3,52	2,68	14,71	97,02
Итого за Завтрак	510	22,75	27,01	44,26	509,33
Обед					
Салат из свеклы отварной (масло подсолнечное, свекла, соль поваренная йодированная)	100	1,7	2,76	9,7	70,4
Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной (говядина, масло подсолнечное, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, Картофель, петрушка (зелень), томатное пюре, соль поваренная йодированная)	250	8,34	9,46	11,69	161,89
Рыба горбуша, тушенная в томате с овощами (Горбуша ПБГ, масло подсолнечное, морковь, лук репчатый, томатное пюре, соль поваренная йодированная, лавровый лист, кислота лимонная пищевая)	150	28,43	10,86	3,2	224,39
Картофель отварной с маслом сливочным (масло сливочное 72,5 % м.д.ж, Картофель, соль поваренная йодированная)	180	5,12	6,8	39,45	238,44
Кисель из ягод свежемороженых (смородина чёрная, вишня, крахмал картофельный, сахар)	200	0,2	0,06	23,31	94,94
Хлеб ржано-пшеничный 40 (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	15,84	78,24
Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого за Обед	960	49,47	30,74	122,87	962,06
Полдник					
Сырники из творога с джемом 110 (творог 9 % м.д.ж, сметана 15,0% м.д.ж, яйцо куриное, соль поваренная йодированная, сахар, джем фруктовый)	110	16,14	8,22	15,64	201,45
Сок фруктовый яблоко-малина (Сок фруктовый)	200	0	0	7	27,6
Бананы 100 (банан)	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Полдник	410	17,64	8,72	43,64	325,05
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		89,86	66,47	210,77	1796,44