

Подразделение: Школа

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

По Главному меню

20.09.2024

## МЕНЮ НА ВЫХОД

Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак</b>					
Салат зелёный с огурцами (масло подсолнечное, огурец свежий, лист салата (латук), соль поваренная йодированная)	100	0,9	2,76	2,06	32,2
Омлет натуральный (молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, яйцо куриное, соль поваренная йодированная)	110	10,47	14,56	1,82	179,01
Чай фруктовый (смородина чёрная, вишня, чай чёрный байховый, сахар)	200	0,36	0,11	11,76	49,88
Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>450</b>	<b>14,77</b>	<b>17,75</b>	<b>35,32</b>	<b>354,85</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свежих помидоров со сладким перцем (масло подсолнечное, Помидор свежий, перец сладкий, лук зелёный, соль поваренная йодированная)	100	1,12	5,44	3,96	69,17
Щи из свежей капусты с картофелем с говядиной (говядина, масло подсолнечное, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, Картофель, томатное пюре, соль поваренная йодированная)	250	8,15	9,44	11,31	159,45
Тефтели рыбные из филе минтая (Филе минтая, крупа рисовая, сметана 15,0% м.д.ж, масло подсолнечное, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, соль поваренная йодированная)	130	12,14	6,14	10,96	147,59
Макаронные изделия отварные с маслом (Макаронные изделия ( не яичные), масло сливочное 72,5 % м.д.ж, соль поваренная йодированная)	180	6,36	5,26	39,38	230,58
Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника сушёные)	200	0,88	0,2	16,92	73
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
<b>Итого за Обед</b>	<b>940</b>	<b>34,33</b>	<b>27,28</b>	<b>118,05</b>	<b>851,79</b>
<b>Полдник</b>					
Пряники (пряники)	45	2,39	2,43	31,28	154,8
Напиток из груши дички (Сок фруктовый)	200	0	0	7	27,6
Яблоки свежие 110 (яблоко)	100	0,42	0,42	9,27	41,99
<b>Итого за Полдник</b>	<b>345</b>	<b>2,81</b>	<b>2,85</b>	<b>47,55</b>	<b>224,39</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b> Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		51,91	47,88	200,92	1431,03