

Подразделение: Школа

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

По Главному меню

30.09.2024

МЕНЮ НА ВЫХОД

| Прием пищи, наименование блюда | Выход | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Завтрак | | | | | |
| Гречка отварная с куриным филе (куриная грудка (филе), крупа гречневая, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, лук репчатый, соль поваренная йодированная) | 180 | 19,75 | 5,23 | 14,7 | 184,34 |
| Масло (порциями) (масло сливочное 72,5 % м.д.ж) | 10 | 0,08 | 6,38 | 0,12 | 58,19 |
| Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% м.д.ж, кофейный напиток, сахар) | 200 | 3,52 | 2,68 | 14,71 | 97,02 |
| Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный) | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 |
| Яблоки свежие 100 (яблоко) | 100 | 0,45 | 0,45 | 10,11 | 45,8 |
| Итого за Завтрак | 530 | 26,84 | 15,06 | 59,32 | 479,11 |
| Обед | | | | | |
| Салат из соленых огурцов с луком (масло подсолнечное, лук репчатый, огурец консерв.) | 100 | 0,95 | 4,53 | 2,7 | 55,16 |
| Борщ с капустой и картофелем (масло подсолнечное, капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, свекла, Картофель, петрушка (зелень), томатное пюре, соль поваренная йодированная) | 250 | 2,55 | 4,71 | 13,59 | 106,73 |
| Плов из отварной говядины (говядина, крупа рисовая, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, морковь, лук репчатый, соль поваренная йодированная) | 300 | 29,24 | 27,08 | 61,4 | 594,14 |
| Компот из вишни и черной смородины (смородина чёрная, вишня, сахар) | 200 | 0,15 | 0,06 | 16,51 | 67,58 |
| 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 | 930 | 38,57 | 37,18 | 129,72 | 995,61 |
| Полдник | | | | | |
| Сырники из творога со сгущенным молоком (молоко сгуш. с сахаром 8,5 % м.д.ж, творог 9 % м.д.ж, сметана 15,0% м.д.ж, масло подсолнечное, яйцо куриное, соль поваренная йодированная, сахар) | 110 | 16,77 | 12,49 | 13,5 | 233,78 |
| Сок фруктовый яблочный (Сок фруктовый) | 200 | 0 | 0 | 7 | 27,6 |
| Итого за Полдник | 310 | 16,77 | 12,49 | 20,5 | 261,38 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б. | | 82,18 | 64,73 | 209,54 | 1736,1 |