

Подразделение: Школа

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

По Главному меню

03.10.2024

МЕНЮ НА ВЫХОД

Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
Завтрак					
Салат зелёный с огурцами (масло подсолнечное, огурец свежий, лист салата (латук), соль поваренная йодированная)	100	0,9	2,76	2,06	32,2
Филе минтая, запеченное в омлете (Филе минтая, молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, яйцо куриное, мука пшеничная, соль поваренная йодированная)	120	19,79	6,98	3,27	154,82
Чай с лимоном (лимон, чай чёрный байховый, сахар)	200	0,25	0,06	10,26	42,54
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 Завтрак	500	26,62	10,6	51,11	401,56
Обед					
Салат из редиса с огурцами и яйцом (масло подсолнечное, яйцо куриное, огурец свежий, Редис красный обрезной, соль поваренная йодированная)	100	2,21	4,04	2,36	54,69
Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины (говядина, масло подсолнечное, яйцо куриное, морковь, лук репчатый, Картофель, петрушка (зелень), томатное пюре, соль поваренная йодированная)	250	13	10,74	23,58	237,47
Котлета рубленая из птицы (куриная грудка (филе), молоко 2,5% м.д.ж, масло подсолнечное, лук репчатый, соль поваренная йодированная, хлеб пшеничный)	100	19,67	4,71	11,02	164,76
Картофельное пюре (молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, Картофель, соль поваренная йодированная)	189	5,17	8,18	35	233,37
Компот из вишни и яблок (яблоко, вишня, кислота лимонная пищевая, сахар)	200	0,25	0,13	19,11	79,44
Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Хлеб ржано-пшеничный 40 (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	15,84	78,24
Итого за Обед	919	45,98	28,6	126,59	941,73
Полдник					
Ватрушка с творогом 75 (молоко 2,5% м.д.ж, творог 9 % м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, масло подсолнечное, яйцо куриное, мука пшеничная, соль поваренная йодированная, дрожжи хлебопекарные сушеные, сахар)	75	8,58	6,96	31,3	225,63
Сок фруктовый яблоко-малина (Сок фруктовый)	200	0	0	7	27,6
Яблоки свежие 100 (яблоко)	100	0,45	0,45	10,11	45,8
Итого за Полдник	375	9,03	7,41	48,41	299,03
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		81,63	46,61	226,11	1642,32