

Подразделение: Школа

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

По Главному меню

04.10.2024

## МЕНЮ НА ВЫХОД

Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак</b>					
Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" (хлопья Геркулес, молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, соль поваренная йодированная, сахар)	200	7,51	8,25	30,88	227,69
Сыр (порциями) 15г (сыр Российский)	15	3,49	4,16	0	51,34
Кофейный напиток с молоком сгущенным (молоко сгущ. с сахаром 8,5 % м.д.ж, кофейный напиток)	200	2,95	2,78	15,52	98,81
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
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>495</b>	<b>19,63</b>	<b>15,99</b>	<b>81,92</b>	<b>549,84</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свежих помидоров со сладким перцем (масло подсолнечное, Помидор свежий, перец сладкий, лук зелёный, соль поваренная йодированная)	100	0,93	5,43	3,2	65,25
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
Тефтели рыбные из филе минтая (Филе минтая, крупа рисовая, молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, масло подсолнечное, морковь, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, соль поваренная йодированная)	120	8,82	7,72	8,13	137,2
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>930</b>	<b>31,01</b>	<b>28,87</b>	<b>114,84</b>	<b>839,92</b>
<b>Полдник</b>					
Пряники (пряники)	45	2,39	2,43	31,28	154,8
Йогурт (йогурт 2,5%)	200	7,01	5,15	11,34	119,8
Яблоки свежие 100 (яблоко)	100	0,44	0,44	9,85	44,61
<b>Итого за Полдник</b>	<b>345</b>	<b>9,84</b>	<b>8,02</b>	<b>52,47</b>	<b>319,21</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b> Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		<b>60,48</b>	<b>52,88</b>	<b>249,23</b>	<b>1708,97</b>