

Подразделение: Школа

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

По Главному меню

14.10.2024

МЕНЮ НА ВЫХОД

Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
Завтрак					
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
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% м.д.ж, кофейный напиток, сахар)	200	3,61	2,73	14,75	98,01
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
Яблоки свежие 100 (яблоко)	100	0,45	0,45	10,11	45,8
Итого за Завтрак	560	29,49	9,21	75,08	500,15
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 белокочанная, 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 пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого за Обед	890	35,93	36,7	113,88	917,37
Полдник					
Ряженка (ряженка 2,5 % м.д.ж)	200	5,98	5,15	8,66	104,95
Запеканка из творога с морковью (крупа манная, молоко 2,5% м.д.ж, творог 9 % м.д.ж, сметана 15,0% м.д.ж, масло подсолнечное, яйцо куриное, морковь, соль поваренная йодированная, сахар)	200	23,13	18,94	29,77	382,36
Итого за Полдник	400	29,11	24,09	38,43	487,31
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		94,53	70	227,39	1904,83