

МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство» Меню

На 11 февраля 2025 года

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
183	ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная вязкая	200	8,62	7,86	37,88	255,86
300		Яйца вареные	55	7,01	6,32	0,41	86,62
111		Батон нарезной с микроингредиентами	20	1,50	0,58	10,28	52,40
283		Чай с сахаром	200	0,66	0,00	15,30	64,96
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			475	17,79	14,76	63,87	459,84
		Первые блюда					
28		Щи из квашеной капусты	200	3,06	6,58	7,02	101,48
		Закуска					
245		Кукуруза консервированная	30	0,88	0,16	4,48	23,20
		Основные блюда					
129	ОБЕД	Котлета, рубленая из птицы	80	16,30	6,19	13,27	174,56
95		Гуляш из свинины	45/35	9,40	19,26	2,41	221,09
		Гарнир					
139		Пюре картофельное	150	3,23	5,04	21,90	146,23
458		Булгур рассыпчатый	150	5,48	2,65	34,62	174,44
		Хлеб					
108		Хлеб Пекарский бездрожжевой	30	1,74	0,15	14,19	65,40
		Напитки					
255		Напиток из яблок	200	0,08	0,08	16,94	66,24

Технолог

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»»

Соловьева А.Н.

Донченкова Е.Ю.