

# МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство»

## Меню

На 13 декабря 2024 года

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Цена, руб.
				Б	Ж	У		
182 (1)	ЗАВТРАК	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	230	6,24	8,76	27,12	211,8	
3		Бутерброд с сыром	20/20	7,45	6,17	16,12	149,72	
496		Какао с молоком	200	3,88	3,10	19,18	118,62	
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			<b>470</b>	<b>17,57</b>	<b>18,03</b>	<b>62,42</b>	<b>480,14</b>	<b>47,00</b>
435	ЗАВТРАК 2	Молоко питьевое ультрапастеризованное 3,2%	200	6,00	6,40	9,40	120,00	
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>			<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>6,40</b>	<b>9,40</b>	<b>120,00</b>	<b>14,80</b>
61		<b>Первые блюда</b>	200	5,30	4,46	10,44	103,24	
		Суп Харчо (с говядиной)						
19		<b>Закуска</b>	40	0,32	0,04	0,68	5,20	
		<b>Основные блюда</b>						
345		Котлеты рыбные (треска)	90	15,64	5,15	11,26	154,12	
451		Курица (к/м) под сырно-сметанной шапкой	80	19,10	5,82	6,19	153,66	
	ОБЕД	<b>Гарнир</b>						
139		Пюре картофельное	150	3,23	4,53	21,90	141,73	
414		Рис отварной	150	3,60	5,57	37,79	215,71	
		<b>Хлеб</b>						
108		Хлеб Пекарский бездрожжевой	30	1,74	0,15	14,19	65,40	
		<b>Напитки</b>						
253	Напиток из смородины	200	0,16	0,06	21,06	82,4		
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>							<b>90,00</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>							<b>137,00</b>	

Технолог

Соловьева А.Н.

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»»

Донченкова Е.Ю.