

МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство» Меню

На 21 января 2025 года

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
182 (1)	ЗАВТРАК	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	200	6,26	9,42	29,43	217,78
300		Яйца вареные	55	7,65	6,90	0,45	94,50
111		Батон нарезной с микронутриентами	20	1,50	0,58	10,28	52,40
519		Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	27,16	107,96
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			475	16,09	16,9	67,32	472,64
		Первые блюда					
25	ОБЕД	Уха с горбушей и сливками	200	5,57	9,84	15,33	167,28
		Основные блюда					
98		Индейка в соусе	80	9,54	9,55	5,12	169,58
119		Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	180	15,98	20,92	12,37	303,25
		Гарнир					
173		Греча рассыпчатая	150	7,79	7,24	40,17	258,88
		Хлеб					
108	Напитки	Хлеб Пекарский бездрожжевой	30	1,74	0,15	14,19	65,40
		Чай с сахаром	200	0,60	0,00	20,33	62,58

Технолог

Соловьева А.Н.

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»»

Донченкова Е.Ю.