

МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство» Меню

На 28 января 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	5,63	8,76	44,15	265,58
300		Яйца вареные	55	7,88	6,90	0,45	94,50
111		Батон нарезной с микронутриентами	20	1,50	0,58	10,28	52,40
285		Чай с лимоном и сахаром	200	0,66	0,00	15,30	64,96
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			475	15,67	16,24	70,18	477,44
		Первые блюда					
28	ОБЕД	Щи из квашеной капусты на бульоне из свинины	200	4,34	5,69	10,61	98,14
		Основные блюда					
129		Котлета, рубленная из птицы	80	15,27	12,64	18,48	249,85
161		Гуляш из свинины	45/35	13,10	20,11	33,36	320,27
		Гарнир					
139	ОБЕД	Пюре картофельное	150	3,23	5,54	36,97	171,33
458		Булгур рассыпчатый	150	5,48	2,94	34,62	220,14
		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

Соловьева А.Н.

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»»

Донченкова Е.Ю.