

# МАУ «Киришский центр питания «Здоровое детство»

## Меню

На 29 января 2025 года

| №<br>рецептуры        | Прием<br>пищи | Наименование блюда                                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-----------------------|---------------|---------------------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|-------|-----------------------------------|
|                       |               |                                                         |                | Б                   | Ж     | У     |                                   |
| 195                   | ЗАВТРАК       | Каша пшеничная молочная жидкая                          | 200            | 10,58               | 13,77 | 30,98 | 253,79                            |
| 3                     |               | Бутерброд с сыром                                       | 20/20          | 4,48                | 2,51  | 31,48 | 159,00                            |
| 496                   |               | Какао с молоком                                         | 200            | 3,62                | 2,94  | 19,08 | 115,74                            |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: |               |                                                         | 440            | 18,68               | 19,22 | 81,54 | 528,53                            |
|                       |               | Первые блюда                                            |                |                     |       |       |                                   |
| 56                    |               | Свекольник с картофелем на бульоне из курицы            | 200            | 3,91                | 4,60  | 17,25 | 184,11                            |
|                       |               | Основные блюда                                          |                |                     |       |       |                                   |
| 119                   | ОБЕД          | Голубцы ленивые (с соусом сметанным) (говядина/свинина) | 180            | 17,80               | 21,73 | 40,33 | 352,16                            |
| 103                   |               | Тефтели куриные                                         | 100            | 19,01               | 8,63  | 7,68  | 184,45                            |
|                       |               | Гарнир                                                  |                |                     |       |       |                                   |
| 122                   |               | Рис рассыпчатый                                         | 150            | 3,66                | 4,63  | 38,44 | 210,20                            |
|                       |               | Хлеб                                                    |                |                     |       |       |                                   |
| 108                   |               | Хлеб Пекарский бездрожжевой                             | 30             | 1,74                | 0,15  | 14,19 | 65,40                             |
|                       |               | Напитки                                                 |                |                     |       |       |                                   |
| 283                   |               | Чай с сахаром                                           | 200            | 0,10                | 0,02  | 32,76 | 89,73                             |

Технолог

Соловьева А.Н.

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»»

Док. Донченкова Е.Ю.