

« _____ » _____ 2021 год

Ежедневное меню бесплатного горячего питания обучающихся льготной категории с 5 по 11 класс в муниципальных общеобразовательных учреждениях города-курорта Кисловодска в 2021 году

Наименование блюда	Вес блюда, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		

Неделя 1. День 3

Завтрак

Огурцы солёные (свежие) в нарезке	100	0,48	0,06	1,02	6,6	70, СБ 2005г ПШ
Биточки рыбные (минтай), запечённые с соусом томатным	100/58	10,4	10,1	12	181	255/348, 2012 СБ ДОУ
Картофель отварной с маслом сливочным	180	4	4,4	24	152	125, СБ 2005г ПШ
Чай с лимоном	180	0,3	0,1	15,2	62	377, СБ 2005г ПШ
Хлеб пшеничный	30	2,14	0,3	13,04	63,7	к/к
Итого за завтрак	490	17,32	14,96	65,26	465,3	

Обед

Капуста тушённая	100	1,44	2,64	118	56,9	139, 2005 СБ ПШ
Суп картофельный с клёцками	250	5,23	6,28	6,28	193,5	108, СБ 2005г ПШ
Котлеты рубленые из птицы	100	11,2	10,5	11,6	183	294, 2005 СБ СОШ
Каша пшеничная рассыпчатая	180	6,8	8	40	260	171, 2005 СБ СОШ
Напиток из плодов шиповника	180	0,24	0,11	27,5	112	388, 2005 СБ СОШ
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47,2	к/к