

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 2. День 7

Завтрак

Помидоры солёные (свежие) в нарезке	100	0,48	0,06	1,02	6,6	70, 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
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	590	20,92	18,96	80,86	575,3	

Обед

Икра свекольная	100	3,02	2,9	7,3	93,6	75, СБ 2005г ПШ
Суп из овощей со сметаной	250/5	3	4,2	10,2	91	99, СБ 2005г ПШ
Плов из птицы	280 (100/180)	18,5	19,5	31	362,01	291,2005 СБ СОШ
Компот из св. яблок	180	0,16	0,16	27,8	114	342,2005 СБ ПШ
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47,2	к/к
Хлеб ржаной	30	1,98	0,24	10,02	52,1	к/к
Всего за обед	330	28,24	27,2	95,98	759,91	