



Меню на 29.03.2021

Ежедневное меню бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование 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	60	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	150	6,8	8	40	260	171,2005 СБ СОШ
Чай с лимоном	180	0,3	од	15,2	62	377,СБ 2005г ПШ
Хлеб пшеничный	30	2Д4	0,3	13,04	63,7	к/к
Итого за завтрак	520	20,92	18,96	80,86	575,3	

Обед

Икра свекольная	60	3,02	2,9	7,3	93,6	75,СБ 2005г ПШ
Суп из овощей со сметаной	200/4	3	4,2	10,2	91	99, СБ 2005г ПШ
Плов из птицы	250 (100/150)	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 СБПШ
Хлеб пшеничный	20]	1,58	0,2	9,66	47,2 i	к/к
Хлеб ржаной	30	1,98	0,24	10,02	52,1	к/к
Всего за обед	290	28,24	27,2	95,98	759,91	



«Утверждаю»

Меню на 30.03.2021

Ежедневное меню бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в муниципальных общеобразовательных учреждениях города-курорта Кисловодска в 2021 году



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ООО «Кристалл»
В.С. Багрян
2021 год

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

Завтрак

Масло сливочное крестьянское 72,5%	10	ОД	8,3	ОД	75	14,СБ 2005г ПШ
Сыр"Российский" полутвёрдый (порциями)	15	0,05	4,5	0,05	37,5	10,СБ2005гПШ
Каша вязкая молочная из риса и пшена с сахаром	200/10	6,2	10	26,8	224	174,СБ 2005г, СОШ
Какао с молоком	180	2,9	2,5	24,8	134	382,СБ 2005г ПШ
Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47	338,СБ 2017г, СОШ
Хлеб пшеничный	30	2Д4	0,3	13,04	63,7	к/к
Итого за завтрак	335	11,79	26	74,59	581,2	

Обед

Огурцы солёные (свежие)в нарезке	60	0,48	0,06	1,02	6,6	70,СБ 2005г ПШ
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200/4	3	5,6	9,3	100	84, СБ 2017 ПШ
Котлеты рубленые из птицы	100	11,2	10,5	11,6	183	294,2005 СБСОШ
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,8	8	40	260	171,2005 СБ СОШ
Напиток из плодов шиповника	180	0,24	0,11	27,5	112	388,2005 СБСОШ
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	540	25,28	24,7 1	109,1	760,9	



«Утверждаю»

Меню на 31.03.2021

Ежедневное меню бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в муниципальных общеобразовательных учреждениях города-курорта Kislovodsk в 2021 году



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

Завтрак

Масло сливочное крестьянское 72,5%	10	од	8,3	од	75	14,СБ 2005г ПШ
Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/40	18	15,8	46,4	386	223,СБ2005гПШ
Кофейный напиток	180	1,5 1	U	22,4	107	379,СБ2005гПШ
Хлеб пшеничный	30	2,14	0,3	13,04	63,7	к/к
Итого за завтрак	460	21,74	25,7	81,94	631,7	

Обед

Капуста тушеная	60	1,44	2,64	118	56,9	139,2005 СБПШ
Рассольник со сметаной	200/4	3,9	2,8	19	117	94, СБ 2005гПШ
Биточки рыбные (минтай), запечённые с соусом томатным	100/40	10,4	10,1	12	181	255/348,2012СБДОУ
Картофель отварной с маслом сливочным	150	4	4,4	24	152	125,СБ 200Бг ПШ
Компот из см.сухофруктов	180	0,7	0,11	35,2	145,6	349,2005 СБСОШ
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47,2	к/к