

Утверждено
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

13 октября 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	3,64	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный 159	159	22,96	22,03	35,26	3,94	417,07
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	17,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	601	50,00	26,22	44,01	65,25	757,91
	Обед						
73	Кабачковая икра	100	5,00	1,4	4,8	8,5	83
101	Суп картофельный с пшеном	250	6,02	2,14	4,1	15,5	107,47
229/331	Рыба, припущенная с овощами 80/50	120	23,38	20,3	10,02	10,3	217,13
312	Пюре картофельное	180	10,20	4,28	5,09	24,21	157,17
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого обед:	925	50,00	30,29	24,39	98,56	736,71
	Всего:	1526		56,51	68,4	163,81	1494,62