



Утверждено
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждено
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 14.03.2023

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.произв.	14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14	
	гор. напиток	377	Чай с лимоном	222	3,28	57,60	0,44	0,00	13,90	
	гор. блюдо	223	Запеканка из творога с соусом	130	34,89	300,00	20,90	8,90	17,80	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,28	82,20	3,21	1,40	13,10	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	35	1,66	46,40	1,32	0,22	9,88	
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	11,10	70,5	0,6	0,6	14,7	
	итого				557,00	62,60	622,90	26,57	18,37	69,52
обед	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурец)	60	4,04	8,1	0,55	0,06	1,34	
	1 блюдо	119	Суп с бобовыми(горох)	250	5,82	174,00	7,47	5,32	24,10	
	2блюдо	234	Котлета рыбная с соусом	100	28,77	183,70	13,60	6,90	16,80	
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	14,98	150,00	3,14	5,89	21,20	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,28	82,20	3,21	1,40	13,10	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	46,40	1,32	0,22	9,88	
	напиток	1010*	Напиток яблочный	200	5,05	103	0,1	0,05	25,6	
	итого				810,00	62,60	747,40	29,39	19,84	112,02

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена рыбы может производиться в соответствии с таблицей на мясо говядины.

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена мяса говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы.

** Сборник рецептур блюд и кулинарных рецептов под ред.Здобнова А.И. 2017

Зав.производства(буфетчик) А.И. Демидкина и.д.

Ответственный по питанию С.Ф. Солопова Е.Ю.