

Утверждено:

Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

14 декабря 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
291	Плов с курицей 80/180	260	39,60	19,94	22	34,57	413,72
70	Огурец соленый	100	5,00	0,8	0,2	3,2	18
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	222	3,00	0,15	0	15	60
	Итого завтрак:	642,00	50,00	22,96	22,58	77,82	603,66
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	2,00	1,66	1,39	12,75	70,2
82	Борщ с капустой и картофелем	250	6,02	1,99	4,59	12,38	99,95
268/331	Котлеты из говядины 80/40	120	22,37	20,99	25,48	46,33	483,06
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	8,20	9,27	4,76	51,94	287,51
342	Компот из яблок	200	9,01	0,21	0,05	31,63	138,05
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
	Итого обед:	910	50,00	36,19	36,65	180,08	1190,71
	Всего:	1552,00		59,15	59,23	257,90	1794,37