



Утверждаю  
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю  
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

**Меню на 15.03.2023**

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
	пром.произв.	50**	Консервы овощные (икра кабачковая)	60	4,72	71,40	1,14	5,84	4,62
	гор. блюдо	204	Макароны отварные с сыром	150	35,91	236	9,79	10,9	24,7
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,28	82,20	3,21	1,40	13,10
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,30	61,1	0,52	0,52	11,44
	итого			595	62,60	573,40	15,14	25,91	67,70
обед	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	8,16	110,00	1,69	4,91	14,8
	2блюдо	279	Тефтели из говядины 60/50	110	35,77	168,00	8,64	10	10,6
	гарнир	305	Макароны отварные	150	9,33	190,89	5,18	3,70	34,22
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,48	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	46,4	1,32	0,22	9,88
	напиток	348	Компот из сухофруктов	200	6,20	113	0,18	0,16	27,7
	итого			760	62,60	710,49	20,22	20,39	110,3

\* 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 говядины может производиться в соответствии с таблицей на мясо птицы

\*\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И. 2017

Зав.производства(буфетчик) А.А. Демиткина и.п.

Ответственный по питанию С.В. Соколова с.п.