



Утверждаю
Директор МБОУ КСОШ № 19



Меню на 16.03.2023
для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	Нореп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.произв.	14	Масло сливочное	10	9,39	66,2	0,1	7,25	0,14	
	гор. блюдо	ТТК301	Кнели из птицы с рисом	100	34,85	293	14	24,00	5,17	
	гарнир	302	Каша пшеничная рассыпчатая	150	10,32	203	6	3,90	36,00	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,15	70,8	2,28	0,24	14,8	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	215	2,00	56,5	0,38	0	13,7	
	закуска	70	Овощи натуральные соленые (огурец)	60	3,89	8,1	0,55	0,06	1,34	
	итого			565,00	62,60	697,60	23,31	35,45	71,15	
			70	Овощи солёные	60	3,56	8,10	0,55	0,06	1,34
	обед	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеном	250	7,57	103,00	2,3	2,75	17,1
		2блюдо	229	Птица отварная с соусом 50/50	100	27,70	157,00	16,90	8,6	3,00
гарнир		304	Рис отварной	150	13,71	295,00	5,01	7,25	52,30	
хлеб			Хлеб пшеничный	30	2,28	82,20	3,21	1,4	13,1	
хлеб			Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	46,80	1,12	0,22	9,88	
сл.блюдо		350	Кисель из яблок	200	6,12	113	0,18	0,16	27,7	
итого				810	62,60	805,1	29,27	20,44	124,42	

* 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

** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий под ред.Злобного А.И. 2017

Зав.производства(буфетчик) *А.А. Митникова И.И.*

Ответственный по питанию *С.А. Соломова С.Ю.*