



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 17.03.2023

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	15	Сыр Российский	10	10,56	47,6	2,99	2,6	0,00	
	пром.произв	209	Яйцо отварное	40	11,84	62,8	5,08	4,6	0,28	
	гор. напиток	376	Чай с сахаром 200/15/7	200	2,00	56,50	0,42	0,00	13,70	
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес" 200/10/10	220	15,38	331,00	8,24	12,20	47,00	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,28	82,2	3,21	1,4	13,1	
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие(яблоко)	130	11,15	61,1	0,52	0,52	11,44	
	итого			640	62,60	707,40	20,56	28,57	85,66	
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с пшеничной крупой	250	10,94	134,00	2,00	5,10	20,00	
	2блюдо	294	Котлета рубленая из филе птицы с соусом томатным 70/30	100	31,11	176,00	11,70	9,20	11,70	
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,39	242,00	8,57	5,90	38,70	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,28	82,2	3,21	1,4	13,1	
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	23	1,88	46,40	1,12	0,22	9,88	
	напиток	376	Чай с сахаром 200/15/7	200	2,00	56,50	0,42	0,00	13,70	
		итого			753	62,60	737,10	27,02	21,82	107,08

* 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

*Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью

** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена яйцо куриное(1шт) может производиться в соответствии с таблицей

Ответственный по питанию

С. Соломова С.Ю.
Зав.пр. А.А.А. Алейникова И.А.