

Утверждено:
Директор МБОУ КСОШ № 19

Индивидуальный предприниматель



Филь М.Ф.



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

17 октября 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
	Кондитерское изделие 1 шт	55	15,70	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с яблочным соусом 150/20	170	41,71	12,3	9,2	42,6	396,6
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	500	63,61	19,65	27,32	108,91	853,86
Обед							
70	Помидор соленый	60	3,20	0,72	0,12	3,48	18
96	Рассольник ленинградский	200	9,80	1,74	3,83	12,3	90,27
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	34,38	10,2	11,52	11,52	190,8
309	Макаронные изделия отварные	150	7,01	5,82	3,88	32,74	187,2
349	Компот из сухофруктов	200	6,02	0,08	0	21,82	87,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	770	63,61	22,82	19,95	106,64	695,43
	Всего:	1270		42,47	47,27	215,55	1549,29