

Утверждено:

Директор МБОУ КСОШ № 19

Фили М.Ф.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



Меню для питания детей 1-4 классов

21 ноября 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 |