

Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.

Утверждаю
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Меню на 22.03.2023

для учащихся 1-4 классов

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Ккал	белки	жиры	углеводы
завтрак	пром пр	14	Масло сливочное	10	9,39	66,20	0,10	7,25	0,14
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	111	35,14	190,00	11,10	15,00	2,81
	закуска	50*	Консервы овощные(икра кабачковая)	60	5,72	71,40	1,14	5,84	4,62
	гор.напиток	376	Чай с сахаром 200/15	215	2,00	56,5	0,38	0	13,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,2	3,21	1,4	13,1
	сл.блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	8,18	61,10	0,52	0,52	11,44
	итого				556	62,60	527,40	16,45	30,01
обед	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский с пшеничной крупой	250	10,80	157,00	2,46	7,53	19,90
	2блюдо	294	Котлета рубленая из филе птицы с соусом томатным 70/30	100	30,92	176,00	11,70	9,20	11,70
	гарнир	302	Рис припущенный	150	12,08	208,00	3,65	4,15	38,90
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	82,2	3,21	1,4	13,1
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	46,4	1,12	0,22	9,88
	3блюдо	1010*	Напиток яблочный	200	5,05	103	0,1	0,05	25,6
	итого				750	62,60	772,6	22,24	22,55

* 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 №7 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 напиток (компот ,чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменять друг друга

Зав.производства(буфетчик) А.И. Алейникова И.И.

Ответственный по питанию С.В. Солонова Е.Ю.