

Утверждено:  
Директор МБОУ КСОШ № 19

Индивидуальный предприниматель

Филь М.Ф.

Музин Д.Т.

## Меню для льготного питания детей 5-11 классов

23 ноября 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	12,00	0,8	0,2	7,5	35
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	15,40	9,6	16,8	46,3	341,6
15	Сыр российский порционно	20	16,20	4,64	5,9	0	71,66
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
	<b>Итого:</b>	<b>612</b>	<b>50,00</b>	<b>20,74</b>	<b>24,62</b>	<b>95,81</b>	<b>654,62</b>
	<b>Обед</b>						
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,66	1,39	12,75	70,2
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,20	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 80/40	120	23,60	7,8	7,4	11,1	152
305	Рис припущенный	180	12,30	3,66	3,637	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого обед</b>	<b>925</b>	<b>50,00</b>	<b>19,63</b>	<b>15,607</b>	<b>114,5</b>	<b>686,33</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1537</b>		<b>40,37</b>	<b>40,227</b>	<b>210,31</b>	<b>1340,95</b>