Утверждено.
Директор МБОУ КСОШ № 19

_____ Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель

_____ Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

23 декабря 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
294/331	Котлеты куриные с соусом 80/40	120	22,97	21,15	25,63	28,97	484,76
309	Макаронные изделия отварные	180	7,63	6,99	4,66	39,29	224,64
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,66	1,39	12,75	70,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
382	Какао с молоком	200	13,50	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	**660**	**50,00**	**35,63**	**35,26**	**132,80**	**1042,34**
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,20	1,2	0,2	5,8	30
88	Щи из свежей капусты	250	5,75	1,82	4,24	8,52	82,6
279/332	Тефтели из говядины 80/40	120	22,31	14,56	18,89	20,31	296,8
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	10,32	10,11	6,27	43,71	217,3
349	Компот из сухофруктов	200	6,02	0,08	0	21,82	87,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед	**910**	**50,00**	**29,84**	**29,98**	**125,21**	**826,24**
	Всего:	**1570**		**65,47**	**65,24**	**258,01**	**1868,58**