

Утверждено:  
Директор МБОУ КСОШ № 19

Индивидуальный предприниматель

\_\_\_\_\_ Филь М.Ф.



Мурзин Д.Т.

## Меню для льготного питания детей 5-11 классов

03 октября 2022г

| № рецепта | Наименование блюда                                       | Масса,г     | Цена, руб    | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|           |  |             |              | белки                | жиры         | углеводы      |                               |
|           | <b>Завтрак</b>   |             |              |                      |              |               |                               |
|           | Кондитерское изделие 1 шт                                | 55          | 9,81         | 3                    | 17,5         | 26,5          | 275                           |
| 224       | Запеканка из творога с морковью с соусом яблочным 200/20 | 220         | 34,79        | 28,12                | 16,46        | 56,94         | 489,11                        |
| 1091      | Чай с сахаром 200/15                                     | 215         | 3,00         | 0,09                 | 0,02         | 15,03         | 60,7                          |
| 1091      | Хлеб пшеничный   | 30          | 1,20         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
|           | Хлеб ржаной  | 30          | 1,20         | 0,09                 | 0,02         | 15,03         | 60,7                          |
|           | <b>Итого завтрак:</b>                                    | <b>550</b>  | <b>50,00</b> | <b>33,28</b>         | <b>34,36</b> | <b>123,52</b> | <b>936,75</b>                 |
|           | <b>Обед</b>  |             |              |                      |              |               |                               |
| 70        | Помидор соленый  | 100         | 3,00         | 1,2                  | 0,2          | 5,8           | 30                            |
| 96        | Рассольник ленинградский                                 | 250         | 9,80         | 1,74                 | 4,79         | 15,38         | 112,84                        |
| 294/331   | Котлеты рубленые из курицы 80/40                         | 120         | 19,40        | 21,15                | 25,63        | 28,97         | 484,76                        |
| 309       | Макаронные изделия отварные                              | 180         | 10,20        | 6,99                 | 4,66         | 39,29         | 224,64                        |
| 349       | Компот из сухофруктов                                    | 200         | 5,20         | 0,68                 | 0            | 29,66         | 136,8                         |
| 1091      | Хлеб пшеничный   | 30          | 1,20         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
| 1091      | Хлеб ржаной  | 30          | 1,20         | 0,09                 | 0,02         | 15,03         | 60,7                          |
|           | <b>Итого обед</b>  | <b>910</b>  | <b>50,00</b> | <b>33,83</b>         | <b>35,66</b> | <b>144,15</b> | <b>1100,98</b>                |
|           | <b>Всего:</b>  | <b>1460</b> |              | <b>67,11</b>         | <b>70,02</b> | <b>267,67</b> | <b>2037,73</b>                |