

Утверждено:  
Директор МБОУ КСОШ № 19



Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Мураин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

28 апреля 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
<b>Завтрак</b>							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	22,25	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	19,36	5,9	8,5	14,2	157
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	19,00	0,6	0,6	14,7	66,6
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
<b>Итого завтрак:</b>		<b>625</b>	<b>63,61</b>	<b>12,7</b>	<b>20,4</b>	<b>77,4</b>	<b>543,6</b>
<b>Обед</b>							
71	Помидоры свежие	20	6,60	0,24	0,04	0,92	5,2
112	Суп гороховый	200	7,80	4,12	4	14,49	110,23
290	Курица, тушенная в соусе 50/50	100	25,90	13,5	17,1	3,8	223
143	Рагу из овощей	150	11,91	2,10	12,3	15,75	181,5
342	Компот из яблок	200	8,20	0,16	0	29	116,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
<b>Итого обед:</b>		<b>730</b>	<b>63,61</b>	<b>24,38</b>	<b>34,04</b>	<b>88,74</b>	<b>758,09</b>
<b>Всего:</b>		<b>1355</b>		<b>37,08</b>	<b>54,44</b>	<b>166,14</b>	<b>1301,7</b>