



Утверждено:
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

12 мая 2022г.

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	16,65	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	16,35	5,9	8,5	14,2	157
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	14,00	0,6	0,6	14,7	66,6
377	Чай с сахаром	215	3,00	0,10	0	15	60
	Итого завтрак:	625	50,00	12,7	20,4	77,4	543,6
	Обед						
71	Помидоры свежие	20	6,60	0,24	0,04	0,92	5,2
112	Суп гороховый	250	5,20	5,15	5	18,12	137,79
290	Курица, тушеная в соусе 80/50	130	21,70	26,93	29,09	7,27	389,25
143	Рагу из овощей	180	7,90	2,1	12,3	15,75	181,5
342	Компот из яблок	200	6,20	0,16	0	29	116,6
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:	840	50,00	36,65	46,81	96,11	942,28
	Всего:	1465		49,35	67,21	173,51	1485,88