

Утверждено:

Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель

Муловин Д.Т.



Меню для питания детей 1-4 классов

23 мая 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	150	14,70	0,8	0,2	7,5	35
224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком 150/20	170	42,71	12,3	9,2	42,6	396,6
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	595	63,61	17,45	10,02	89,91	613,86
	Обед						
131	Горошек зеленый консервированный	30	6,20	1	1,47	2,16	26
96	Рассольник ленинградский	200	9,80	1,74	3,83	12,3	90,27
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	31,38	10,2	11,52	11,52	190,8
309	Макаронные изделия отварные	150	7,01	5,82	3,88	32,74	187,2
349	Компот из сухофруктов	200	6,02	0,08	0	21,82	87,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	740	63,61	23,1	21,3	105,32	703,43
	Всего:	1335		40,55	31,32	195,23	1317,3