

Утверждено:
Директор МБОУ КСОШ № 19



Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

30 мая 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	6,81	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный 106/5	111	32,20	10,6	21,4	11,2	240
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	17,00	0,6	0,6	14,7	66,6
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
378	Чай с лимоном 200/15	222	4,40	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	553	63,61	16,98	30,97	68,04	579,06
	Обед						
70	Огурец соленый	20	3,00	0,16	0,04	0,64	3,6
102	Суп гороховый	200	8,02	4,12	4	14,5	110,23
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
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
344	Компот из яблок	200	11,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	730	63,61	24,86	20,04	111,48	725,49
	Всего:	1283		41,84	51,01	179,52	1304,55