


Утверждено:
Директор МБОУ КСОШ № 19

Индивидуальный предприниматель

 Филь М.Ф.



Меню для льготного питания детей 5-11 классов

23 мая 2022г



№ реце пта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	150	15,70	0,8	0,2	7,5	35
224	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком 200/20	220	37,79	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
	Итого завтрак:	645	58,89	31,08	17,06	104,52	696,75
	Обед						
131	Зеленый горошек консервированный	30	4,50	0	7,06	7,06	90,75
96	Рассольник ленинградский	250	9,80	1,74	4,79	15,38	112,84
294/3 31	Котлеты рубленые из курицы 80/40	120	17,90	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
	Итого обед	840	50,00	32,63	42,52	145,41	1161,73
	Всего:	1485		63,71	59,58	249,93	1858,48