

Утверждено:

Директор МБОУ КСОШ № 19



Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

09 марта 2022г

№ реце пта	Наименование блюда	Масс а,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белк и	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	12,00	0,8	0,2	7,5	35
181	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес» 200/10	210	14,60	7,45	12,33	33,32	273,88
14	Масло сливочное	10	4,50	0,08	7,25	0,13	66,1
15	Сыр российский порционно	20	12,50	4,64	5,9	0	71,66
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
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:	622	50,00	16,48	27,18	83,23	643,38
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,7	1,23	10,59	60,16
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,20	2,7	3,2	18,9	114,84
268	Котлеты из говядины 100/10	110	20,19	20,99	25,48	41,51	483,06
305	Рис припущенный	180	10,31	4,4	4,36	42,87	228
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
344	Компот из яблок	200	8,40	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед	900	50,00	32,16	34,65	166,22	1110,1
	Всего:	1522		48,64	61,83	249,45	1753,48