



Утверждено:
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

27 апреля 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1 шт	100	12,00	0,8	0,2	7,5	35
173	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес» 200/10	210	15,40	7,45	12,33	33,32	273,88
15	Сыр Российский порционно	20	16,20	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:	612	50,00	16,4	19,93	83,1	577,28
	Обед						
324	Свекла тушеная	30	3,50	0,5	0,42	3,83	21,06
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,20	2,7	3,2	18,9	114,84
268/331	Котлеты из говядины с соусом 80/40	120	23,60	8,2	8,1	12,3	251
305	Рис припущенный	180	12,30	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
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед	855	50,00	17,96	16,48	117,98	787,54
	Всего:	1467		34,36	36,41	201,08	1364,82