



Утверждено:
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Меню для льготного питания детей 5-11 классов

04 мая 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
291	Плов с курицей 80/180	260	29,58	19,94	22	34,57	413,72
388	Мандарины свежие сезонные калиброванное	100	12,00	0,8	0,2	7,5	35
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
378	Чай с сахаром	222	6,02	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	642,00	50,00	24,25	23,70	84,35	645,46
	Обед						
82	Борщ с капустой и картофелем	250	6,02	1,99	4,59	12,38	99,95
268/331	Котлеты из говядины 80/40	120	22,37	20,99	25,48	46,33	483,06
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	10,20	9,27	4,76	51,94	287,51
342	Компот из яблок	200	9,01	0,21	0,05	31,63	138,05
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:	810	50,00	34,53	35,26	167,33	1120,51
	Всего:	1452,00		58,78	58,96	251,68	1765,97