



Утверждено:
Директор МБОУ КСОШ №19

Филь М.Ф.



Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

02 февраля 2022г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	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	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 порционнo	20	12,50	4,64	5,9	0	71,66
377	Чай с лимоном	200\15\7	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	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