

Утверждено:  
Директор МБОУ КСОШ № 19

Филь М.Ф.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

19 сентября 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	<b>Завтрак</b>						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	15,60	0,8	0,2	7,5	35
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	24,21	9,6	16,8	46,3	341,6
15	Сыр российский порционно	20	16,20	4,64	5,9	0	71,66
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,40	1,44	1,12	17,23	84,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	<b>Итого:</b>	<b>612</b>	<b>63,61</b>	<b>20,74</b>	<b>24,62</b>	<b>95,81</b>	<b>654,62</b>
	<b>Обед</b>						
324	Свекла тушеная	60	2,91	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,20	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	30,18	7,8	7,4	11,1	152
305	Рис припущенный	150	16,12	3,66	3,637	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого обед</b>	<b>785</b>	<b>63,61</b>	<b>18,97</b>	<b>15,047</b>	<b>109,4</b>	<b>658,25</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1397</b>		<b>39,71</b>	<b>39,667</b>	<b>205,21</b>	<b>1312,87</b>