



Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 23

Мокина Н.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

26 ноября 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
295	Котлеты куриные	90\5	31,98	14,58	21,78	14	311,4
309	Макаронные изделия отварные	150	9,23	5,35	4,85	25,58	179,4
338	Свежие фрукты	1шт	17,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
377	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,1	0	15	60
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>670</b>	<b>63,61</b>	<b>24,16</b>	<b>27,45</b>	<b>95,15</b>	<b>733,9</b>
	<b>Обед</b>						
70	Помидор соленый	60	6,50	0,72	0,12	3,48	18
88	Щи из свежей капусты	200	8,75	4,6	4,28	19,08	131
279	Тефтели из говядины	90\75	27,04	12,3	20,25	18,3	304,5
302	Гречка отварная	150	10,32	7,5	6,3	40,73	249,6
388	Напиток из шиповника	200	8,60	0,68	0	35,26	143,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	<b>Итого обед</b>	<b>835</b>	<b>63,61</b>	<b>29,33</b>	<b>31,77</b>	<b>138,52</b>	<b>952</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1722</b>		<b>53,49</b>	<b>59,22</b>	<b>233,67</b>	<b>1685,9</b>