

Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ №21
 Суховеева С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

01 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
284	Котлеты из мяса кур	90\9	28,18	18,88	22,88	25,86	432,82
309	Макаронные изделия	150	10,01	5,82	3,88	32,74	187,2
338	Мандарины свежее	100	17,00	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 молоком	150\50\15	6,02	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	624	63,61	47,89	51,34	134,24	1284,58
Обед							
70	Огурец соленый	60	5,80	0,48	0,06	0,9	6
82	Борщ с капустой и картофелем	200	6,02	1,59	3,67	9,9	79,96
268	Котлеты из говядины	90\9	30,18	18,74	22,75	37,06	431,3
302	Пшеничная каша	150	10,20	7,72	3,96	43,28	239,59
346	Компот из апельсинов	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:	769	63,61	30,81	30,87	147,82	1006,84
	Всего:	1393		78,7	82,21	282,06	2291,42