

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ №21



Суховеева С.В.



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

22 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
338	Мандарины свежие	100	15,70	0,8	0,2	7,5	35
18 1	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес»	150\10	20,50	5,96	9,86	26,65	219,1
14	Масло сливочное	10	8,51	0,08	7,25	0,13	66,1
15	Сыр российский	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:	572	63,61	14,99	24,71	76,56	588,6
Обед							
324	Свекла тушеная	60	6,50	1,01	0,73	6,3	35,81
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,20	2,16	2,56	15,12	91,87
268	Котлеты из говядины	90\9	27,80	18,74	22,75	37,06	431,3
305	Рис припущенный	150	10,31	3,66	3,64	35,72	190
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	769	63,61	27,94	30,06	146,55	973,02
	Всего:	1341		42,93	54,77	223,11	1561,62

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ №21



Суховаева С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 1-4 классов

22 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
	Сок	200	20,00	0,2	0,26	22,6	76
	Кондитерское изделие	20	30,00	0,4	3	12,3	124,3
	Фрукты свежие (Мандарин)	100	15,00	0,2	0,26	22,6	76
	Итого:	320	65,00	0,8	3,52	57,5	276,3