

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ №21

Индивидуальный предприниматель



Меню для питания детей 1-4 классов

14 декабря 2021г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
185	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150\20	34,61	23,43	13,71	47,85	407,59
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
386	Йогурт в инд. упаковке	125	16,00	4,25	3,13	6,88	72,63
389	Сок фруктовый тетрапак	200	10,59	0,2	0,26	22,6	76
	Итого завтрак:	555	63,60	29,95	17,48	102,38	668,16
	Обед						
70	Помидор соленый	60	5,20	0,6	0,06	1,92	10,62
101	Суп картофельный с рисом	200	6,10	1,47	3,18	11,33	79,58
279	Тефтели из говядины	90\90	34,09	13	16,86	18,13	265
302	Гречка отварная	150	11,02	8,42	5,22	36,42	226,08
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
349	Компот из сухофруктов	200	4,79	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	880	63,60	25,94	25,7	123,59	817,68
	Всего:	1405		55,89	43,18	225,97	1485,84

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ №21



Индивидуальный предприниматель



Меню для льготного питания детей 1-4 классов

14 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
	Творожный десерт	125	30,00	0,5	2,5	15,7	118
338	Фрукты свежие сезонные калиброванные(Мандарин)	100	17,00	0,81	0,31	11,54	52
	Кондитерское изделие	30	18,00	0,2	0,26	22,6	76
	Итого:	255	65,00	1,51	3,07	49,84	246