

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ №21

С.В. Суховеева

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

02 февраля 2022г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
338	Яблоки свежие	150	16,70	0,8	0,2	7,5	35
18 1	Каша молочная манная со сливочным маслом	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 сахаром	200\15	3,00	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