Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 21

_____ Суховеева С.В.

Индивидуальный предприниматель

_____ Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

16 марта 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
291	Плов с курицей	175	38,19	17,45	19,25	30,25	362
338	Мандарины свежие сезонные калиброванное	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 молоком150/50/15	215	6,02	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	**550**	**63,61**	**21,76**	**20,95**	**80,03**	**593,74**
	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	99	30,18	18,74	22,75	37,06	431,3
302	Пшеничная каша рассыпчатая	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:	1319		**52,57**	**51,82**	**227,85**	**1600,58**