

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 21

Суховеева С.В.

Индивидуальный предприниматель

Кузин Д.Т.



Меню для питания детей 1-4 классов

22 марта 2022г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
14	Масло сливочное	10	6,50	0,08	7,25	0,13	66,1
223	Пудинг из творога со сгущенным молоком 150/20	170	32,71	23,43	13,71	47,45	407,59
389	Сок фруктовый тетрапак	200	19,00	0,2	0,26	22,6	76
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
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 завтрак:	655	63,61	25,87	21,62	110,26	722,33
	Обед						
73	Кабачковая икра	60	7,50	0	4,2	4,2	54
96	Рассольник ленинградский	200	9,80	1,74	3,83	12,3	90,27
294	Котлеты рубленые из курицы 90/9	99	28,51	18,88	22,88	25,86	432,82
309	Макаронные изделия отварные	150	10,20	5,82	3,88	32,74	187,2
388	Напиток из шиповника	200	5,20	0,68	0	29,66	136,8
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	29,19	35,17	129,81	1013,03
	Всего:	1424		55,06	56,79	240,07	1735,36