

Утверждено:  
 Директор МБОУ СОШ № 21

Муравьева С.В.  
 города  
 Пятигорска

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

10 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	<b>Завтрак</b>						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	14,50	0,8	0,2	7,5	35
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	19,60	9,6	16,8	46,3	341,6
15	Сыр российский порционно	20	16,20	4,64	5,9	0	71,66
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	<b>Итого:</b>	<b>612</b>	<b>57,50</b>	<b>20,74</b>	<b>24,62</b>	<b>95,81</b>	<b>654,62</b>
	<b>Обед</b>						
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,66	1,39	12,75	70,2
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,20	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 80/40	120	28,40	7,8	7,4	11,1	152
305	Рис припущенный	180	14,20	3,66	3,637	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого обед</b>	<b>925</b>	<b>57,50</b>	<b>19,63</b>	<b>15,607</b>	<b>114,5</b>	<b>686,33</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1537</b>		<b>40,37</b>	<b>40,227</b>	<b>210,31</b>	<b>1340,95</b>

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 21



Суховетова С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

11 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	<b>Завтрак</b>						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	19,25	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	19,25	5,9	8,5	14,2	157
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	16,00	0,6	0	18,9	78
377	Чай с сахаром	215	3,00	0,10	0	15	60
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>625</b>	<b>57,50</b>	<b>12,7</b>	<b>19,8</b>	<b>81,6</b>	<b>555</b>
	<b>Обед</b>						
70	Огурец соленый	100	4,00	0,8	0,2	3,2	18
112	Суп гороховый	250	5,20	5,15	5	18,12	137,79
290	Курица, тушенная в соусе 80/50	130	29,10	26,93	29,09	7,27	389,25
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	5,82	3,88	32,74	187,2
342	Компот из яблок	200	6,20	0,16	0	29	116,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого обед:</b>	<b>920</b>	<b>57,50</b>	<b>40,93</b>	<b>38,55</b>	<b>115,38</b>	<b>960,78</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1545</b>		<b>53,63</b>	<b>58,35</b>	<b>196,98</b>	<b>1515,78</b>

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 21



Индивидуальный предприниматель



Журавина С.В.

Журзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

12 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал	
			белки	жиры	углеводы		
	<b>Завтрак</b>						
294/331	Котлеты куриные с соусом 80/40	120	27,50	21,15	25,63	28,97	484,76
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	6,99	4,66	39,29	224,64
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,66	1,39	12,75	70,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
382	Какао с молоком	200	13,50	3,76	3,2	26,74	150,8
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>660</b>	<b>57,50</b>	<b>35,63</b>	<b>35,26</b>	<b>132,80</b>	<b>1042,34</b>
	<b>Обед</b>						
70	Помидор соленый	100	3,20	1,2	0,2	5,8	30
88	Щи из свежей капусты	250	8,20	1,82	4,24	8,52	82,6
279/332	Тефтели из говядины 80/40	120	26,56	14,56	18,89	20,31	296,8
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	10,32	10,11	6,27	43,71	217,3
349	Компот из сухофруктов	200	6,02	0,08	0	21,82	87,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого обед</b>	<b>910</b>	<b>57,50</b>	<b>29,84</b>	<b>29,98</b>	<b>125,21</b>	<b>826,24</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1570</b>		<b>65,47</b>	<b>65,24</b>	<b>258,01</b>	<b>1868,58</b>