

19 сентября 2023 г

МЕНЮ

Возрастная категория 7-11лет

Утверждаю:

Директор МБОУ «Кулюшевская СОШ»
М.Л.Иванов



| № реце. | № тех. кар. | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы | | | | | | Стоимость | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------|
| | | | | всего | в т.ч. жив. | всего | в т.ч. раст. | | | Mg | Ca | P | Fe | A, мг | В, мг | | C, мг | |
| Обед (1-4 классы, многодетные и родительская плата, малообеспеченные) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 59 | 14 | салат из свеклы с чесно | 100,00 | 0,90 | 0,00 | 6,06 | 6,06 | 5,10 | 33% | 22,2 | 22,2 | 24,6 | 0,84 | 0 | 2,7 | 0 | 3,3 | 6,55 |
| 128 | 40 | Борщ с капустой и картофел | 250,000 | 1,640 | 0,22 | 4,46 | 0,18 | 9,90 | 86,00 | 87,00 | 87,0 | 1,38 | 21,4 | 0,07 | 254 | 0,07 | 7,65 | 17,93 |
| 367 | 78 | Гуляш из говядины | 120,000 | 17,16 | 16,30 | 18,33 | 0,08 | 3,50 | 247,00 | 15,80 | 179,0 | 2,7 | 0,03 | 0,06 | 0,58 | 0,06 | 0,8 | 28,53 |
| 291 | 71 | макаронные изделия | 200,0 | 5,62 | 0,00 | 0,70 | 0,7 | 29,03 | 145,00 | 5,7 | 35,7 | 0,78 | 0 | 0,79 | 0,06 | 0,01 | 6,4 | |
| 512 | 107 | чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 20,10 | 81,00 | 10,00 | 6,0 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,8 | 2,92 |
| 108 | 122 | Хлеб пшеничный | 25,000 | 1,9 | 0,00 | 0,58 | 0,58 | 12,30 | 58,8 | 5,00 | 16,25 | 0,28 | 0,0 | 0,3 | 0,03 | 0,0 | 2,00 | |
| 109 | 123 | Хлеб ржаной | 40,000 | 1,32 | 0,00 | 0,24 | 0,24 | 6,68 | 35,0 | 7,00 | 31,6 | 0,78 | 0,0 | 0,28 | 0,04 | 0,0 | 2,67 | |
| | | Итого за прием | | 30,40 | 16,52 | 28,15 | 5,62 | 105,29 | 794,75 | 171,80 | 422,5 | 11,02 | 21,43 | 258,07 | 0,37 | 32,72 | 67,00 | |
| Обед (многодетные, родительская плата, малообеспеченные) возрастная категория 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 59 | салат из свеклы с чесно | 100,00 | 1,50 | 0,00 | 10,10 | 10,10 | 8,50 | 131% | 37 | 41 | 1,4 | 0 | 4,5 | 0,02 | 5,5 | 6,55 | |
| 128 | 40 | Борщ с капустой и картофел | 250,0 | 2,050 | 0,28 | 5,58 | 0,22 | 12,44 | 107,00 | 109,00 | 109,0 | 1,72 | 26,76 | 317 | 0,09 | 9,56 | 17,93 | |
| 367 | 78 | гуляш из говядины | 120,0 | 20,6 | 19,60 | 22,00 | 0,10 | 4,20 | 297,00 | 19,00 | 30,0 | 3,2 | 0,04 | 0,7 | 0,07 | 1,3 | 28,53 | |
| 291 | 71 | макаронные изделия | 200,0 | 7,5 | 0,00 | 0,90 | 0,9 | 38,70 | 193,00 | 7,6 | 10,8 | 1,04 | 0 | 1,06 | 0,08 | 0,02 | 6,4 | |
| 512 | 107 | чай с сахаром | 200,0 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0 | 20,10 | 81,00 | 10,0 | 6,0 | 0,6 | 0 | 0 | 0 | 0,8 | 2,92 | |
| 108 | 122 | Хлеб пшеничный | 25,000 | 1,9 | 0,00 | 0,58 | 0,58 | 12,30 | 58,8 | 5,00 | 16,3 | 0,28 | 0,0 | 0,3 | 0,03 | 0,0 | 2,00 | |
| 109 | 123 | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,00 | 0,48 | 0,48 | 13,36 | 70,0 | 14,00 | 18,8 | 1,56 | 0,0 | 0,56 | 0,07 | 0,0 | 2,67 | |
| | | Итого за прием | | 35,89 | 19,88 | 34,54 | 7,28 | 105,10 | 866,75 | 182,00 | 489 | 9,1 | 26,8 | 321,92 | 0,38 | 25 | 67,00 | |