

20 сентября 2023 г

МЕНЮ

Возрастная категория 7-11 лет

№ реце-кар.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг					Стоимо-сть				
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А, мг		В, мг	С, мг		
		Обед (1-4 классы, многолетние и родительская плата, малообеспеченные)																	
19	3	салат из свежей капусты	80,00	0,54	0,00	3,00	3,00	2,40	36,00			9	18,8	0,42	0	1,56	0,03	8,46	8,2
154	46	Суп крестьянский с крупой	240	1,68	0,00	4,08	4,08	11,60	90			15,0	54,0	0,56	0,0	1,9	0,04	7,9	19,82
406	86	плов из отварной курицы	230	16	12,70	15,90	11,50	37,90	359,00			31,0	133,0	1,3	0,01	5,4	0,03	1,3	30,81
157	111	напиток апельсиновый	200,0	0,10	0,00	0,00	0,00	25,20	96,00			2,86	5,06	0,14	0,01	0,0	0,01	13,2	3,50
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75			3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	2,00
109	123	Хлеб ржаной	40,00	1,65	0,00	0,30	0,30	8,35	43,75			11,8	39,5	0,98	0,0	0,35	0,05	0,0	2,67
		Итого за прием		23,82	12,70	27,70	23,30	120,16	823,75			97,3	313	7,98	0,02	11,14	0,23	40,7	67,00
		Обед(многолетние,родительская плата, малообеспеченные)возрастная категория																	
13	7	салат из свежей капусты	100,00	0,9	0,00	5,00	5,00	4,00	60,00			16	32	0,7	0	2,6	0,04	14,1	8,20
154	46	Суп крестьянский с крупой	250	2,10	0,00	5,10	5,10	14,50	113			19,0	67,0	0,7	0,0	2,4	0,05	9,9	19,82
406	86	плов из отварной курицы	230	17,5	13,90	17,40	12,50	41,50	393,00			40,0	146,0	1,4	0,01	5,9	0,03	1,4	30,81
157	111	напиток апельсиновый	200,00	0,10	0,00	0,00	0,00	25,20	96,00			2,86	5,06	0,14	0,01	0,0	0,01	13,2	3,50
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75			3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	2,00
109	123	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00			18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	2,67
		Итого за прием		26,34	13,90	34,26	29,36	130,06	932,75			119	355	8,78	0,02	13,94	0,26	45	67,00

Утверждено:
 Директор МБОУ "Кулошевская СОШ"
 М.Л.Иванов

