

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

МЕНЮ

1 апреля 2023 г

Возрастная категория 7-11 лет

№ реце пта	№ тех карт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, всего	в т.ч. раст.	Углевод ы г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				Стоимос ть, руб	
				всего	в т.ч. жив.					Ca	Mg	P	Fe	A, мг	E, мкг	B1,мг	C, мг			
		Обед ( 1-4 классы ,многодетные , родительская плата,)																		
142	43	щи из свежей капусты	200	1,36	0,00	3,92	3,92	6,16	35%	27,20	17,8	38,0	6,40	0	1,9	0,04	14,7	21,70		
410	89	фрикадельки из кур	90,00	13,73	12,22	11,93	0,12	7,13	191,00	39,40	16,0	97,0	1,13	0,07	0,56	0,06	0,79	25,07		
258	60	каша пшениная вязкая	150	6,54	2,28	9,60	1,23	27,83	224,00	103,00	41,0	157,0	1,12	0,06	0,15	0,13	1,1	10,76		
512	107	компот из изюма	200	0,3	0,00	0,00	0,00	20,10	81,00	10,00	3	6	0,6	0	0,0	0	0,8	4,40		
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5,00	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,95		
109	123	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00	14,00	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	3,12		
		Итого за прием		27,25	14,50	32,99	12,81	91,14	768,75	212,00	111	401	11,6	0,13	5,87	0,35	21,6	67,00		
Обед (1-4 класс,многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категория 12-18 лет																				
142	43	щи из свежей капусты	200	1,36	0,00	3,92	3,92	6,16	35%	27,20	17,8	38,0	6,40	0	1,9	0,04	14,7	21,70		
410	89	фрикадельки из кур	90,00	13,73	12,22	11,93	0,12	7,13	191,00	39,40	16,0	97,0	1,13	0,07	0,56	0,06	0,79	25,07		
258	60	каша пшениная вязкая	150	6,54	2,28	9,60	1,23	27,83	224,00	103,00	41,0	157,0	1,12	0,06	0,15	0,13	1,1	10,76		
512	107	компот из изюма	200	0,3	0,00	0,00	0,00	20,10	81,00	10,00	3	6	0,6	0	0,0	0	0,8	4,40		
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5,00	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,95		
109	123	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00	14,00	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	3,12		
		Итого за прием		27,25	14,50	32,99	12,81	91,14	768,75	212,00	111	401	11,6	0,13	5,87	0,35	21,6	67,00		