

Утверждаю:
 Директор МБОУ «Кулюшевская СОШ»
 М.Л.Иванов



МЕНЮ

10 ноября 2023 г

Возрастная категория 7-11 лет

№ реце	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы(мг)				Витамины				Стои мость	
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	E,мкг	B1,мг	C, мг		
		Обед (1-4 классы)								35%									
154	46	Суп крестьянский с крупой	200	1,68	0,00	4,08	4,08	11,60	90	40,80	15,0	54,0	0,56	0,0	1,9	0,04	7,9	26,63	
406	86	плов из отворной курицы	210	16	12,70	15,90	11,50	37,90	359,00	33,00	31,0	133,0	1,3	0,01	5,4	0,03	1,3	25,80	
157	111	напиток апельсиновый	200,0	0,10	0,00	0,00	0,00	25,20	96,00	7,96	2,86	5,06	0,14	0,01	0,0	0,01	13,2	9,50	
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	1,65	0,00	0,30	0,30	8,35	43,75	8,75	11,8	39,5	0,98	0,0	0,35	0,05	0,0	3,12	
		Итого за прием		23,82	12,70	27,70	23,30	120,16	823,75	147,00	97,3	313	7,98	0,02	11,14	0,23	40,7	67,00	
		Обед(многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категори								35%									
154	46	Суп крестьянский с крупой	250	2,10	0,00	5,10	5,10	14,50	113	51,00	19,0	67,0	0,7	0,0	2,4	0,05	9,9	26,63	
406	86	плов из отворной курицы	230	17,5	13,90	17,40	12,50	41,50	393,00	36,00	40,0	146,0	1,4	0,01	5,9	0,03	1,4	25,80	
157	111	напиток апельсиновый	200,00	0,10	0,00	0,00	0,00	25,20	96,00	7,96	2,86	5,06	0,14	0,01	0,0	0,01	13,2	9,50	
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		26,34	13,90	34,26	29,36	130,06	932,75	175,00	119	355	8,78	0,02	13,94	0,26	45	67,00	
		Итого за день:		51,92	27,62	66,00	31,32	204,34	1617,80	597,00	209	871	13,1	0,26	14,69	0,54	49,6	67,00	