



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

МЕНЮ

12 октября 2023 г

Возрастная категория 7-11 лет

№ рец.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды,* г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг) *				Витамины				Стоимо-сть	
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мг	E, мкг	В1, мг	C, мг		
Обед (1-4 классы ,многодетные и родительская плата,малообеспеченные)									32%										
142	43	Щи из свежей капусты с карт	200	1,36	0,00	3,92	3,92	6,16	66,00	27,2	17,8	38	6,4	0,0	1,9	0,04	14,7	19,87	
381	77	шницель	100	14,24	12,32	14,00	0,24	11,44	229,00	31,00	21,0	148	2,24	0,03	0,4	0,07	0,0	33,34	
291	71	Макаронные изделия отварные	200	5,62	0,00	0,7	0,7	29,03	145	5,70	8,1	35,7	0,78	0,0	0,79	0,06	0,01	6,00	
518	112	Компот из яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,00	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	3,12	
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	2,00	
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	2,67	
Итого за прием				28,62	12,32	26,72	12,30	78,37	752,75	108,00	80	341	8,20	0,03	6,41	0,34	24,83	67,00	
Итого за прием:				44,35	20,10	41,75	12,30	78,37	752,75	456,00	156	695	13,08	0,13	6,81	0,52	37,2	67,00	
Обед(1-4кл,многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категория 12-18									32%										
142	43	Щи из свежей капусты с карт	250	1,7	0,00	4,90	4,90	7,70	83,00	34,0	22,2	47,5	8,0	0,0	2,4	0,05	18,4	19,87	
381	77	шницель	100	17,80	15,40	17,50	0,30	14,30	286,00	39,00	26,0	185	2,8	0,04	0,5	0,09	0,0	33,34	
291	71	Макаронные изделия отварные	200	7,50	0,00	0,9	0,9	38,70	193,0	7,60	10,8	47,6	1,04	0,0	1,06	0,08	0,02	6,00	
507	106	Компот из яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,00	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	3,12	
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	2,00	
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	2,67	
Итого за прием				35,64	15,40	35,96	17,66	96,36	936,75	132,00	99,3	426	9,38	0,04	8,84	0,42	32,62	67,00	
Итого за прием:				56,10	26,52	56,60	19,10	174,73	1689,50	606,00	194	894	14,95	0,18	9,34	0,63	45,5	67,00	