



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

**МЕНЮ**

19 апреля 2023 г

**Возрастная категория 7-11лет**

№ реце.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы/Витамины								Стоимость
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мг	E, мкг	B1, мг	C, мг	
<b>Завтрак( 1-4классы, родительская плата)</b>									<b>24%</b>									
255	64	Каша ячневая	150	4,8	1,99	8,55	0,37	26,84	203,00	125,0	28,0	188,0	0,67	0,06	0,57	0,07	1	10,07
495	102	чай с молоком	200	1,5	1,50	1,30	0	15,90	81,00	127,0	15,0	93,0	0,4	0,0	0,0	0,0	1,3	3,9
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5	3,5	16,25	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,95
<b>Итого за прием</b>				<b>8,2</b>	<b>3,50</b>	<b>19,90</b>	<b>8,90</b>	<b>55,04</b>	<b>51,0</b>	<b>385,30</b>	<b>69,5</b>	<b>408,2</b>	<b>1,9</b>	<b>0,10</b>	<b>0,70</b>	<b>0,20</b>	<b>2,90</b>	<b>15,92</b>
<b>Обед( 1-4классы,многодетные и родительская плата,малообеспеченные)</b>									<b>33%</b>									
128	40	Борщ с капустой и картофел	200	1,640	0,22	4,46	0,18	9,90	86,00	87,00	40,8	87,0	1,38	21,4	254	0,07	7,65	24,40
367	78	гуляш из говядины	100,000	17,16	16,30	18,33	0,08	3,50	247,00	15,80	25,0	179,0	2,7	0,03	0,58	0,06	0,8	27,20
291	71	макаронные изделия	150,0	5,62	0,00	0,70	0,7	29,03	145,00	5,7	8,1	35,7	0,78	0	0,79	0,06	0,01	7,23
512	107	компот из сухфруктов	200	0,3	0,00	0,00	0,00	20,10	81,00	10,00	3,0	6,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,8	3,10
108	122	Хлеб пшеничный	25,000	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,8	5,00	3,5	16,25	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,95
109	123	Хлеб ржаной	40,000	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	35,0	7,00	9,4	31,6	0,78	0,0	0,28	0,04	0,0	3,12
<b>Итого за прием</b>				<b>30,40</b>	<b>16,52</b>	<b>28,15</b>	<b>5,62</b>	<b>105,29</b>	<b>794,75</b>	<b>171,80</b>	<b>122</b>	<b>422,5</b>	<b>11,02</b>	<b>21,43</b>	<b>258,07</b>	<b>0,37</b>	<b>32,72</b>	<b>67,00</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>38,60</b>	<b>20,06</b>	<b>48,07</b>	<b>14,56</b>	<b>173,69</b>	<b>1304,80</b>	<b>557,10</b>	<b>191</b>	<b>830,6</b>	<b>12,9</b>	<b>21,56</b>	<b>258,74</b>	<b>0,52</b>	<b>35,62</b>	<b>82,92</b>
<b>Обед (многодетные,родительская плата,малообеспеченные) возрастная категория 12</b>									<b>33%</b>									
128	40	Борщ с капустой и картофел	250,0	2,050	0,28	5,58	0,22	12,44	107,00	109,00	51,0	109,0	1,72	26,76	317	0,09	9,56	24,40
367	78	гуляш из говядины	120,0	20,6	19,60	22,00	0,10	4,20	297,00	19,00	30,0	215,0	3,2	0,04	0,7	0,07	1,3	27,20
291	71	макаронные изделия	200,0	7,5	0,00	0,90	0,9	38,70	193,00	7,6	10,8	47,6	1,04	0	1,06	0,08	0,02	7,23
512	107	компот из кураги	200,0	0,3	0,00	0,00	0	20,10	81,00	10,0	3,0	6,0	0,6	0	0	0	0,8	3,1
108	122	Хлеб пшеничный	25,000	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,8	5,00	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,95
109	123	Хлеб ржаной	40,0	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,0	14,00	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	3,12
<b>Итого за прием</b>				<b>35,89</b>	<b>19,88</b>	<b>34,54</b>	<b>7,28</b>	<b>105,10</b>	<b>866,75</b>	<b>182,00</b>	<b>130</b>	<b>489</b>	<b>9,1</b>	<b>26,8</b>	<b>321,92</b>	<b>0,38</b>	<b>25</b>	<b>67,00</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>50,98</b>	<b>24,09</b>	<b>57,31</b>	<b>8,10</b>	<b>182,43</b>	<b>1444,75</b>	<b>609,00</b>	<b>209</b>	<b>960</b>	<b>11,21</b>	<b>85,89</b>	<b>387,98</b>	<b>0,56</b>	<b>28,3</b>	<b>82,92</b>