

Утверждаю:
 Директор МБОУ "Купцовская СОШ" Иванова



МЕНЮ

19 октября 2023 г

Возрастная категория 7-11 лет

| № тех. кар. | № рецеп. | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Углевод. г | ЭЦ, | Минеральные элементы (мг) | | | | | Витамины | | Стоимость, руб. | | |
|--|----------|-----------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-----------------|--------------|--|
| | | | | всего | в т.ч. жив. | всего | в т.ч. раст. | | | Ca | Mg | P | А, мг | В1, мг | С, мг | | | | |
| Обед (1-4 классы, многодетные и родительская плата, малообеспеченные) | | | | | | | | | 35% | | | | | | | | | | |
| 44 | 144 | Суп картофельный с бобовыми | 200,00 | 1,84 | 0,00 | 3,40 | 0,26 | 12,10 | 86,00 | 15,20 | 20,4 | 52,6 | 0,70 | 0,02 | 0,16 | 0,15 | 6,9 | 35,86 | |
| 96 | 343 | рыба тушенная в ово | 100 | 9,50 | 8,70 | 0,20 | 4,78 | 4,50 | 102,00 | 25,00 | 28,00 | 145 | 0,6 | 0 | 3 | 0,06 | 3,40 | 18,95 | |
| 91 | 429 | Картофельное пюре | 150 | 3,15 | 0,60 | 6,6 | 0,45 | 16,35 | 138,0 | 39 | 29 | 86 | 1,05 | 0,04 | 0,15 | 0,14 | 5,1 | 5,6 | |
| 493 | 102 | чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 15,00 | 60,00 | 11,00 | 1,00 | 3,00 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 1,92 | |
| 122 | 108 | Хлеб пшеничный | 25,00 | 1,90 | 0,00 | 0,58 | 0,58 | 12,3 | 58,75 | 5,00 | 3,5 | 16,3 | 0,28 | 0,00 | 0,28 | 0,03 | 0,00 | 2,00 | |
| 123 | 109 | Хлеб ржаной | 40,00 | 2,64 | 0,00 | 0,48 | 0,48 | 13,36 | 70,00 | 14,00 | 18,8 | 63,2 | 1,56 | 0,00 | 0,56 | 0,07 | 0,00 | 2,67 | |
| Итого за прием | | | | 24,03 | 9,90 | 21,30 | 13,29 | 93,13 | 767,75 | 134,00 | 114 | 415 | 8,16 | 0,09 | 7,79 | 0,53 | 24,16 | 67,00 | |
| Обед (1-4 кл, многодетные, родительская плата, малообеспеченные) возрастная категория 12-18 лет | | | | | | | | | 35% | | | | | | | | | | |
| 44 | 144 | Суп картофельный с бобовыми | 200,00 | 2,03 | 0,00 | 4,25 | 0,32 | 15,12 | 108,00 | 19,00 | 25,5 | 65,7 | 0,90 | 0,03 | 0,20 | 0,19 | 8,6 | 35,86 | |
| 96 | 343 | рыба тушенная в ово | 110 | 13,30 | 12,20 | 5,14 | 6,70 | 6,30 | 143,00 | 35,00 | 39,00 | 203 | 0,8 | 0,01 | 4,2 | 0,09 | 4,70 | 18,95 | |
| 91 | 429 | Картофельное пюре | 150 | 4,20 | 0,80 | 8,8 | 0,6 | 21,80 | 184,0 | 52 | 38 | 114 | 1,40 | 0,06 | 0,20 | 0,18 | 6,8 | 5,6 | |
| 493 | 102 | чай с сахаром | 200,00 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 15,00 | 60,00 | 11,00 | 1,00 | 3,00 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 1,92 | |
| 122 | 108 | Хлеб пшеничный | 25,00 | 1,9 | 0,00 | 0,58 | 0,58 | 12,30 | 58,75 | 5,00 | 3,50 | 16,30 | 0,28 | 0,00 | 0,28 | 0,03 | 0,00 | 2,00 | |
| 123 | 109 | Хлеб ржаной | 40,00 | 2,64 | 0,00 | 0,48 | 0,48 | 13,36 | 70,00 | 14,00 | 18,8 | 63,2 | 1,56 | 0,00 | 0,56 | 0,07 | 0,00 | 2,67 | |
| Итого за прием | | | | 29,62 | 13,60 | 33,33 | 19,46 | 99,10 | 917,75 | 167,00 | 145 | 527 | 9,11 | 0,13 | 10,88 | 0,65 | 30,86 | 67,00 | |