



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

МЕНЮ

21 апреля 2023 г

Возрастная категория 7-11 лет

| № реце. | № тех. | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Углево-ды, г | ЭЦ, ккал | Ca | Минеральные элементы(мг) | | | | | Витамины | | Стоимости руб | |
|--|--------|--------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|--|
| | | | | всего | в т.ч. | всего | в т.ч. | | | | Mg | P | Fe | A, мкг | E, мкг | B1, мг | C, мг | | |
| Завтрак (1-4 классы,родительская плата) | | | | | | | | | 25% | | | | | | | | | | |
| 316 | 127 | запеканка рисовая с tvor | 150,00 | 8,60 | 5,70 | 8,40 | 0,20 | 37,70 | 261,00 | 53 | 25 | 133 | 0,8 | 0,1 | 0,4 | 0,05 | 0,1 | 10,4 | |
| 493 | 102 | какао с молоком | 200 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0 | 15,00 | 60,00 | 11,00 | 1,0 | 3,0 | 0,3 | 0 | 0 | 0,0 | 0,0 | 2,40 | |
| 108 | 122 | Хлеб пшеничный | 40,00 | 3,04 | 0,00 | 0,32 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | 8,1 | 11,5 | 30,27 | 0,69 | 0,0 | 0,0 | 0,04 | 0,0 | 3,12 | |
| Итого за прием | | | | 3,74 | 5,70 | 0,92 | 0,92 | 49,38 | 225,00 | 29,1 | 29,5 | 135,3 | 1,41 | 0,06 | 0,52 | 0,01 | 1,0 | 15,92 | |
| Обед (1-4 классы,(многодетные и родительская плата,малообеспеченные) | | | | | | | | | 35% | | | | | | | | | | |
| 132 | 41 | Рассольник домашний | 200 | 1,66 | 0,00 | 4,16 | 4,16 | 10,24 | 85,00 | 21,00 | 22,2 | 51,8 | 0,8 | 0,0 | 1,9 | 0,07 | 10 | 20,59 | |
| 381 | 77 | Биточки из говядины | 90,00 | 16,00 | 13,86 | 15,57 | 0,27 | 12,87 | 258,00 | 35,00 | 23,6 | 166,5 | 2,52 | 0,03 | 0,45 | 0,08 | 0 | 22,33 | |
| 248 | 74 | каша гресневая вязкая | 150,00 | 6,87 | 2,29 | 9,70 | 1,23 | 24,45 | 137,00 | 102,0 | 84,0 | 178,0 | 2,58 | 0,06 | 0,4 | 0,14 | 1,13 | 15,01 | |
| 108 | 122 | Хлеб пшеничный | 25,00 | 1,90 | 0,00 | 0,58 | 0,58 | 12,3 | 58,75 | 5,00 | 3,5 | 16,25 | 0,28 | 0,0 | 0,3 | 0,03 | 0,0 | 1,95 | |
| 512 | 107 | компот из изюма | 200,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 20,1 | 81,00 | 10,00 | 3 | 6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 0 | 0,8 | 4,00 | |
| 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 | 3,12 | |
| Итого за прием | | | | 29,37 | 16,15 | 30,49 | 6,72 | 93,32 | 689,75 | 195,10 | 88,1 | 336,7 | 3,67 | 0,03 | 7,58 | 0,22 | 3,6 | 67,00 | |
| Итого: | | | | 33,11 | 21,85 | 31,41 | 7,64 | 142,70 | 914,75 | 224,20 | 117,6 | 472,0 | 5,08 | 0,09 | 8,1 | 0,32 | 4,6 | 82,92 | |
| Обед,(многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категори | | | | | | | | | 35% | | | | | | | | | | |
| 132 | 41 | Рассольник домашний | 250,00 | 2,07 | 0,00 | 5,20 | 5,20 | 12,80 | 106,00 | 26,30 | 27,7 | 64,7 | 1 | 0 | 2,4 | 0,09 | 12,5 | 20,59 | |
| 381 | 77 | Биточки из говядины | 100,00 | 17,80 | 15,40 | 17,50 | 0,30 | 14,30 | 286,00 | 39,00 | 26 | 185 | 2,8 | 0,04 | 0,5 | 0,09 | 0 | 22,33 | |
| 248 | 74 | каша гречневая вязкая | 200 | 9,16 | 3,06 | 12,90 | 1,60 | 32,60 | 183,00 | 136,0 | 112,0 | 237,0 | 3,44 | 0,08 | 0,5 | 0,19 | 1,36 | 15,01 | |
| 512 | 107 | Компот из изюма | 200,00 | 0,3 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 20,10 | 81,00 | 10,0 | 3,0 | 6,0 | 0,6 | 0 | 0,0 | 0 | 0,8 | 4,00 | |
| 108 | 122 | Хлеб пшеничный | 25,00 | 1,65 | 0,00 | 0,30 | 0,30 | 8,35 | 43,75 | 8,8 | 11,8 | 39,5 | 0,98 | 0 | 0,4 | 0,05 | 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 | 0,6 | 0,07 | 0,0 | 3,12 | |
| Итого за прием | | | | 33,62 | 18,46 | 36,38 | 7,88 | 101,51 | 769,75 | 210,40 | 112,0 | 394,2 | 4,75 | 0,03 | 8,86 | 0,27 | 15,2 | 67,00 | |
| Итого: | | | | 66,73 | 40,31 | 67,79 | 15,52 | 244,21 | 1684,50 | 373,30 | 161,5 | 653,5 | 6,4 | 0,12 | 9,56 | 0,43 | 17,9 | 82,92 | |