



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

МЕНЮ

21 января 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 ,многолетние 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	Щницель	80	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	22,52	
291	71	Макаронные изделия отварны	150	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	15,30	
518	112	Чай с сахаром	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	4,24	
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				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,многолетние,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	Щницель	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	22,52	
291	71	Макаронные изделия отварны	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	5,30	
507	106	Чай с сахаром	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	4,24	
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				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	