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

МЕНЮ

22 февраля 2023 г

Возрастная категория 7-11лет

№ реце.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы(мг)				Витамины				Стоимост
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мг	E,мкг	B1,мг	C, мг	руб
		Завтрак(1-4 классы,родительская плата)							**22%**									
165	51	суп молочный с макаронными из	200	5,7	3,98	5,26	0,2	19	146,00	164,0	21,0	137,0	0,36	0,04	0,26	0,08	0,92	13
503	105	кисель из концентрата плодового	200	1,4	0,00	0,00	0	29	122,00	1,0	0,0	0,0	0,1	0	0	0	0	1,42
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	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	1,50
		Итого за прием		**9,00**	**3,98**	**5,84**	**0,78**	**60,30**	**326,75**	**131,1**	**112,5**	**243,3**	**3,89**	**0,07**	**0,45**	**0,21**	**1,35**	**15,92**
		Обед 1-4классы (многодетные и родительская плата,малообеспеченные)							**33%**									
150	56	суп картофельный с рыбой	200	7,88	5,76	3,84	0,37	12,12	115,00	34,0	46,0	148,0	1,3	0,0	0,28	0,14	9,7	24,5
369	79	жаркое по домашнему	200	23,63	21,36	21,09	0,45	15,09	344,00	32,0	51,0	242,0	3,1	0,0	0,7	0,14	6,9	34
507	106	компот из свежих яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,0	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	5,2
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,5
109	123	Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	52,50	10,5	14,1	47,4	1,17	0,0	0,42	0,05	0,0	1,8
		Итого за прием		**35,89**	**27,12**	**26,07**	**1,96**	**72,63**	**666,25**	**151,00**	**106,5**	**379,5**	**6,4**	**1,09**	**1,21**	**0,49**	**36,22**	**67,00**
		Итого за день:		**44,89**	**31,10**	**31,91**	**2,74**	**132,93**	**993,00**	**237,60**	**282,1**	**622,8**	**10,29**	**1,16**	**1,66**	**0,7**	**37,57**	**82,92**
		Обед(,многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категория 12-1							**33%**									
150	56	суп картофельный с рыбой	250	9,85	7,20	4,80	0,47	15,15	144,00	43,0	57,0	185,0	1,6	0,0	0,35	0,18	12,1	24,5
369	79	жаркое по-домашнему	220	26	23,50	23,20	0,50	16,60	379,00	35,00	56,0	266,0	3,4	0,04	0,8	0,16	7,6	34,00
507	106	компот из свежих яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,0	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	5,2
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,5
109	123	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00	14,0	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	1,8
		Итого за прием		**40,89**	**30,70**	**29,26**	**2,23**	**80,51**	**747,75**	**169,00**	**122,9**	**449,1**	**7,64**	**1,1**	**1,61**	**0,57**	**36,9**	**67,00**
		Итого за день:		**42,19**	**14,40**	**53,32**	**3,84**	**172,12**	**1332,00**	**314,10**	**246,4**	**839,9**	**11,87**	**1,17**	**1,66**	**0,8**	**38,26**	**82,92**