

22 сентября 2023 г

МЕНЮ

Возрастная категория

7-11лет

№ реце.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Са	Минеральные элементы(мг)			СОЛ Витамины			Стоимость	
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Мг	Р	Fe	А, мг	В, мг	В, мг		С, мг
Обед 1-4классы (многолетние и родильская плата, малообеспеченные)																		
150	56	суп картофельный с рыбой	250	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	22,67
369	79	жаркое по домашнему	220	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	36,54
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	3,12
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	2,00
109	123	Хлеб ржаной	40,00	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	2,67
		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	36,2	67,00
		Обед 1 -4 кл, многолетние, родильская плата, малообеспеченные(возрастная категория)							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	22,67
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	36,54
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	3,12
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	2,00
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	2,67
		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	38,3	67,00

Утверждено:
 Директор МБОУ "Кулошевская СОШ"
 М.Д.Иванов

«Кулошевская

МБОУ

