

Утверждаю:

Директор МБОУ "Кулюшевская СОШ"

М.Л.Иванов



МЕНЮ

26 мая 2023 г

Возрастная категория 7-11лет

№ реце.	№ тех.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Са	Минеральные элементы(мг)					Витамины		Стоимости руб	
				всего	в т.ч.	всего	в т.ч.				Mg	P	Fe	А,мг	Е,мкг	В1, мг	С, мг		
Завтрак (1-4 классы,родительская плата)									25%										
316	127	запеканка рисовая с твор	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	Чай с сахаром	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	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	250,00	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	20,55	
381	77	Биточки из говядины	100,00	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	200,00	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	20,55	
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	

