

МЕНЮ

28 сентября 2023 г

Возрастная категория 7-11 лет



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

№ рец.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы				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 класс ,многодетные и родительская плата,малообеспеченные)								32%									
76	16	Салат из свежей капусты	100,00	0,78	0,00	6,48	6,48	4,08	78%	13,8	10,8	24	0,48	0	2,7	0,02	4,97	9,75	
154	46	суп крестьянский с круп	250	1,68	0,00	4,08	4,08	11,60	90,00	40,80	15	54	0,56	0	1,9	0,04	7,9	21,00	
364	146	азу	200	16,3	12,96	17,44	0,56	20,80	306,00	29,60	50	186	3,4	0,04	0,64	0,17	8,9	28,32	
157	111	напиток апельсиновый	200	0,1	0,00	0,00	0	25,2	96,00	7,96	2,86	5,06	0,14	0,01	0	0,01	13,2	3,26	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,75	5,00	3,5	16,3	0,28	0	0,28	0,03	0	2,00	
109	123	Хлеб ржаной	40,00	1,65	0,00	0,30	0,30	8,35	43,75	8,75	11,8	39,5	0,98	0	0,35	0,05	0	2,67	
		Итого за прием		23,64	12,96	29,24	12,36	104,26	752,75	132,00	111	361	9,54	0,05	6,38	0,39	48	67,00	
		Обед (1-4 кл,многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная кат								32%									
76	16	Салат из свежей капусты	100,00	1,03	0,00	10,80	10,80	6,80	130%	23	18	40	0,8	0	4,6	0,04	8,4	9,75	
154	46	суп крестьянский с круп	250	2,1	0,00	5,10	5,10	14,50	113,00	51,00	19	67	0,7	0	2,4	0,05	9,9	21,00	
364	146	азу	200	17,8	14,24	17,50	0,30	14,30	286,00	39,00	26	185	2,8	0,04	0,5	0,09	0	28,32	
157	111	напиток апельсиновый	200	0,1	0,00	0,00	0	25,2	96,00	7,96	2,86	5,06	0,14	0,01	0	0,01	13,2	3,26	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,75	5,00	3,5	16,3	0,28	0	0,28	0,03	0	2,00	
109	123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70	14,00	18,8	63,2	1,56	0	0,56	0,07	0	2,67	
		Итого за прием	1015,00	28,44	16,20	38,66	17,56	108,06	892,75	157,00	134	433	10,7	0,06	8,84	0,45	54,2	67,00	