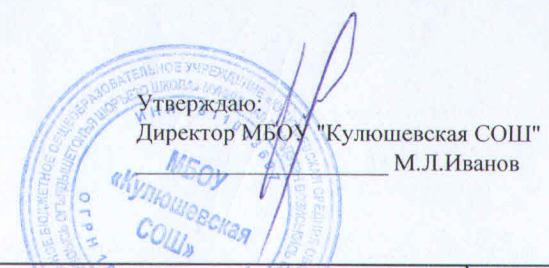


МЕНЮ

4 мая 2023г

Возрастная категория 7 - 11 лет

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



№ тех. кар.	№ реце .	Наименование блюда	Выход, г	белки,		жиры,		Угледо-ды	ЭЦ, ккал	Ca	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Стоимос-ть, руб.
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	A,мг	E,мкг	B1,мг	C, мг		
Завтрак (классы 1-4 , родительская плата)										25%									
62	250	Каша манная вязкая	150	5,77	2,40	8,85	0,33	26,60	209,00	10	17,0	102,0	0,42	0,06	0,52	0,06	1	10,12	
102	493	чай с сахаром	200	0,1	0,00	0,00	0,00	15,00	60,00	11,00	1,0	3,0	0,3	0,0	0,0	0,00	0,0	2,68	
122	108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,00	0,32	0,32	19,68	94,0	8,10	11,5	30,3	0,69	0,0	0,0	0,04	0,0	3,12	
Итого за прием				16,85	9,14	16,99	1,65	86,00	569,00	301,00	76,5	347,0	5,35	0,11	0,89	0,19	17,4	15,92	
Обед (1-4 классы, многодетные и родительская плата,малообеспеченные)																			
77	381	шницель натуральный Суп картофельный с макаронными	90,00	16	13,86	15,75	0,27	12,87	257,00	35,10	23,4	167,0	2,52	0,0	0,45	0,08	0	25,65	
45	147	макаронными	200	2,20	0,00	2,20	2,28	15,04	89,00	12,00	19,2	50,0	0,7	0,0	1,12	0,08	6,6	18,54	
92	423	капуста тушенная	150	5,55	0,00	5,40	0,45	5,85	95,00	92,00	36,0	83,0	1,5	0,04	1,05	0,06	26	13,50	
107	512	компот из изюма	200	0,3	0,00	0,00	0	20,10	81,00	10,0	3,0	6,0	0,6	0	0	0	0,8	4,24	
122	108	Хлеб пшеничный	25,00	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,8	5,00	3,5	16,30	0,28	0,0	0,3	0,03	0	1,95	
123	109	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,0	14,00	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,1	0,0	3,12	
Итого за прием				38,9	26,66	36,70	10,02	94,16	760,75	252,00	125,0	555	7,71	0,055	5,97	0,38	42	67,00	
Итого за день:				55,75	35,80	53,69	11,67	180,16	1329,80	553,00	202	902	13,06	0,17	6,86	0,57	59,4	82,92	
Обед (многодетные и родительская плата,малообеспеченные) возрастная категория 12-18 лет																			
45	147	Суп картофельный с макаронными	250	2,70	3,20	2,80	2,85	18,80	111,00	15,00	24,0	63,0	0,9	0,0	1,4	0,1	8,2	18,54	
77	381	шницель натуральный	100	17,8	15,40	17,50	0,30	14,30	286,00	39,00	26,0	185,0	2,8	0,04	0,5	0,09	0	25,65	
107	512	компот из изюма	200	0,3	0,00	0,00	0	20,10	81,00	10,0	3,0	6,0	0,6	0	0	0	0,8	4,24	
92	423	капуста тушенная	180,00	6,66	0,00	6,5	0,54	7,02	113,00	110,00	43,0	99,0	1,8	0,1	1,3	0,1	31	13,50	
122	108	Хлеб пшеничный	40,00	3,04	0,00	0,32	0,32	19,68	94,0	8,10	11,5	30,30	0,69	0,0	0,0	0,04	0	1,95	
123	109	Хлеб ржаной	50,00	3,3	0,00	0,60	0,60	16,70	88,0	17,50	23,5	79	1,95	0,0	0,7	0,1	0,0	3,12	
Итого за прием				44,89	33,93	46,01	14,76	103,84	882,75	279,00	148,0	645	8,97	0,13	8,19	0,45	53,9	82,92	