



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

МЕНЮ

06 ноября 2023
 Возрастная категория 7-11 лет

№ рецепта	№ тех карт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод ы г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Стоимос ть, руб		
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	As	E, мкг	В1,мг		C, мг	
Обед (1-4 классы ,многодетные , родительская плата,									35%										
142	43	щи из свежей капусты	200	1,36	0,00	3,92	3,92	6,16	66,00	27,20	17,8	38,0	6,40	0	1,9	0,04	14,7	29,04	
410	89	фрикадельки из мясо	90,00	13,73	12,22	11,93	0,12	7,13	191,00	39,40	16,0	97,0	1,13	0,07	0,56	0,06	0,79	25,07	
258	60	каша пшенная вязкая	150	6,54	2,28	9,60	1,23	27,83	224,00	103,00	41,0	157,0	1,12	0,06	0,15	0,13	1,1	4,70	
512	107	компот из изюма	200	0,3	0,00	0,00	0,00	20,10	81,00	10,00	3	6	0,6	0	0,0	0	0,8	3,52	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5,00	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	14,00	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	2,67	
Итог за прием				27,25	14,50	32,99	12,81	91,14	768,75	212,00	111	401	11,6	0,13	5,87	0,35	21,6	67,00	
Обед (1-4 класс,многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категория 12-18 лет									35%										
142	43	щи из свежей капусты	200	1,36	0,00	3,92	3,92	6,16	66,00	27,20	17,8	38,0	6,40	0	1,9	0,04	14,7	29,04	
410	89	фрикадельки из мясо	90,00	13,73	12,22	11,93	0,12	7,13	191,00	39,40	16,0	97,0	1,13	0,07	0,56	0,06	0,79	25,07	
258	60	каша пшенная вязкая	150	6,54	2,28	9,60	1,23	27,83	224,00	103,00	41,0	157,0	1,12	0,06	0,15	0,13	1,1	4,70	
512	107	компот из изюма	200	0,3	0,00	0,00	0,00	20,10	81,00	10,00	3	6	0,6	0	0,0	0	0,8	3,52	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5,00	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	14,00	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	2,67	
Итог за прием				27,25	14,50	32,99	12,81	91,14	768,75	212,00	111	401	11,6	0,13	5,87	0,35	21,6	67,00	