

УТВЕРЖДАЮ:

Заместитель директора по УВР
МБОУ «ЦО № 19» подразделение
«Начальная школа с дошкольными группами»

Миронова Н.О. 

М Е Н Ю

Школа 1-4 классы (7-11 лет)

Вторник, 2 неделя

21.01.2025

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал

Завтрак

279	Запеканка творожная со сгущенным молоком	170	25,290	13,250	33,700	357,000
457	Чай с сахаром	200	0,200	0,100	9,300	38,000
111	Батон нарезной	30	1,500	0,580	10,280	52,400
79	Масло сливочное	15	0,160	10,8	0,20	109,77
54-1з	Сыр	20	4,66	5,87	0	71,6
82	Яблоко	114	0,400	0,400	9,800	44,000
	Итого за завтрак	549	32,21	31	63,28	672,77
Стоимость завтрака						102,00 р.

Обед

31	Салат из свеклы с соленым огурцом	80	1,07	4,93	4,93	97,30
121	Уха с крупой	200	6,000	2,000	8,000	73,000
372	Биточек из курицы	90	18,000	16,200	10,000	256,000
177	Рагу из овощей	150	2,80	6,14	21,00	127,500
496	Напиток из шиповника	200	0,700	0,300	18,300	78,000
110	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,980	0,360	10,200	54,300
111	Батон нарезной	20	1,500	0,580	10,280	52,400
Пром	Зефир	40	0,34	0,0	31,9	129,37
	Итого за обед	810,00	32,39	30,51	114,61	867,87
Стоимость обеда						102,00 р.

Полдник

501	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,000
581	Пряник	30	1,770	1,410	22,500	109,800
82	Банан	100	1,800	0,600	22,800	96,000
	Итого за полдник	330	4,17	2,01	78,3	341,8
Стоимость полдника						45,00 р.

Итого за день

1689

68,77

63,52

256,19

1882,44