

УТВЕРЖДАЮ:

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

Миронова Н.О.

МЕНЮ

Школа 1-4 классы (7-11 лет)

Четверг, 2 неделя

23.01.2025

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

Завтрак

366	Птица отварная	100	16,200	12,000	0,300	174,000
256	Макароны отварные	150	5,55	4,95	29,55	184,500
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,800	2,500	13,600	88,000
111	Батон нарезной	20	1,500	0,580	10,280	52,400
79	Масло сливочное	10	0,160	7,200	0,130	73,180
54-1з	Сыр	20	4,66	5,87	0	71,6
82	Апельсин	150	0,900	0,200	8,100	49,200
	Итого за завтрак	650	31,77	33,3	61,96	692,88
Стоимость завтрака						102,00 р.

Обед

1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,870	3,600	5,040	56,400
113	Суп гороховый на м/б	200	9,050	5,260	11,680	131,000
357	Оладьи из печени по-Кунцевски	90	15,000	5,000	14,000	173,000
241	Рис с овощами	150	4,000	2,600	35,000	182,000
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,600	0,000	20,100	84,000
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
	Итого за обед	750	33	17,4	106,3	733,1
Стоимость обеда						102,00 р.

Полдник

501	Сок	200	0,80	0,20	26,00	106,000
111	Батон нарезной	30	1,500	0,580	10,280	52,400
54-1з	Сыр	15	3,5	4,4	0	53,7
82	Груша	100	0,400	0,300	10,300	47,000
	Итого за полдник	345	6,2	5,48	46,58	259,1
Стоимость полдника						45,00 р.

Итого за день

1745

70,97

56,18

214,84

1685,08