

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, 1 неделя
22.04.2025

| № 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 |
| 459 | Чай с лимоном | 200 | 0,300 | 0,100 | 9,500 | 40,000 |
| 111 | Батон нарезной | 20 | 1,500 | 0,580 | 10,280 | 52,400 |
| 82 | Яблоко | 100 | 0,400 | 0,400 | 9,800 | 44,000 |
| | Итого за завтрак | 490 | 27,49 | 14,33 | 63,28 | 493,4 |
| Стоимость завтрака | | | | | | 102,00 р. |

Обед

| | | | | | | |
|------------------------|----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------------|
| 26 | Салат из свеклы отварной | 60 | 0,900 | 4,000 | 5,000 | 55,000 |
| 113 | Суп гороховый на м/б | 200 | 9,050 | 5,260 | 11,680 | 131,000 |
| 356/408 | Печень по-строгановски | 100 | 16,600 | 8,000 | 9,300 | 176,000 |
| 202 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,550 | 7,800 | 37,000 | 253,000 |
| 494 | Компот из изюма | 200 | 0,80 | 0,01 | 30,00 | 120,000 |
| 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 | 760 | 39,38 | 26,01 | 113,46 | 841,7 |
| Стоимость обеда | | | | | | 102,00 р. |

Полдник

| | | | | | | |
|---------------------------|-------------------------|------------|--------------|------------|--------------|-----------------|
| 469 | Молоко кипяченое | 200 | 5,800 | 5,300 | 9,100 | 107,000 |
| 577 | Сушки | 30 | 2,49 | 2,4 | 18,12 | 103,8 |
| 82 | Банан | 100 | 1,800 | 0,600 | 22,800 | 96,000 |
| | Итого за полдник | 330 | 10,09 | 8,3 | 50,02 | 306,8 |
| Стоимость полдника | | | | | | 45,00 р. |

Итого за день **1580** **76,96** **48,64** **226,76** **1641,9**