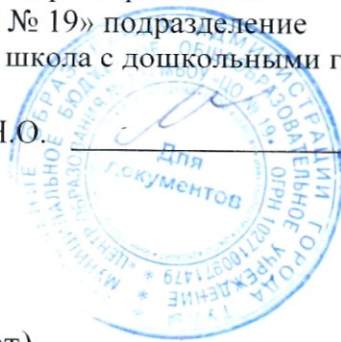


УТВЕРЖДАЮ

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

Миронова Н.О.



# МЕНЮ

Школа 1-4 классы (7-11 лет)

Понедельник, 1 неделя

19.05.2025

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

## Завтрак

|                           |                              |               |             |             |             |                  |
|---------------------------|------------------------------|---------------|-------------|-------------|-------------|------------------|
| 212                       | Каша вязкая молочная овсяная | 180           | 7,400       | 8,000       | 28,000      | 212,800          |
| 465                       | Кофейный напиток с молоком   | 200           | 2,800       | 2,500       | 13,600      | 88,000           |
| 63                        | Бутерброд с сыром            | 40            | 6,900       | 9,000       | 10,000      | 149,000          |
| 82                        | Яблоко                       | 114           | 0,400       | 0,400       | 9,800       | 44,000           |
|                           | <b>Итого за завтрак</b>      | <b>534,00</b> | <b>17,5</b> | <b>19,9</b> | <b>61,4</b> | <b>493,8</b>     |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                              |               |             |             |             | <b>102,00 р.</b> |

## Обед

|                        |                                   |            |              |              |              |                  |
|------------------------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
| 148                    | Помидор свежий                    | 60         | 0,66         | 0,12         | 2,28         | 14,4             |
| 100                    | Рассольник «Ленинградский» на м/б | 200        | 6,100        | 7,480        | 10,600       | 131,000          |
| 307                    | Котлеты рыбные                    | 100        | 13,000       | 1,600        | 10,000       | 234,900          |
| 54-7г-2020             | Рис припущенный                   | 150        | 3,50         | 4,80         | 35,00        | 196,80           |
| 494                    | Компот из кураги                  | 200        | 0,600        | 0,000        | 9,700        | 40,000           |
| 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           |
|                        | <b>Итого за обед</b>              | <b>760</b> | <b>27,34</b> | <b>14,94</b> | <b>88,06</b> | <b>723,8</b>     |
| <b>Стоимость обеда</b> |                                   |            |              |              |              | <b>102,00 р.</b> |

## Полдник

|                           |                         |            |             |             |             |                 |
|---------------------------|-------------------------|------------|-------------|-------------|-------------|-----------------|
| 501                       | Сок апельсиновый        | 200        | 1,40        | 0,40        | 20,80       | 90,000          |
| 582                       | Печенье                 | 30         | 2,200       | 2,900       | 22,200      | 139,500         |
| 268                       | Омлет натуральный       | 150        | 13,000      | 20,000      | 3,200       | 246,000         |
|                           | <b>Итого за полдник</b> | <b>380</b> | <b>16,6</b> | <b>23,3</b> | <b>46,2</b> | <b>475,5</b>    |
| <b>Стоимость полдника</b> |                         |            |             |             |             | <b>45,00 р.</b> |

**Итого за день**

**1674**

**61,44**

**58,14**

**195,66**

**1693,1**