

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

17.09.2024

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

Завтрак

279	Запеканка из творога с джемом	170	24,00	11,55	35,50	343,400
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	Мандарин	136	0,800	0,200	7,500	38,000
	Итого за завтрак	526,000	26,600	12,430	62,780	473,800
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	841,700
Стоимость обеда						102,00 р.

Полдник

469	Молоко кипяченое	200	5,800	5,300	9,100	107,000
577	Баранки сдобные	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

1616 76,07 46,74 226,26 1622,3