

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

01.04.2025

| № 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          |
| 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           |
| 54-1з                     | Сыр                                      | 20         | 4,66         | 5,87        | 0            | 71,6             |
| 82                        | Яблоко                                   | 114        | 0,400        | 0,400       | 9,800        | 44,000           |
|                           | <b>Итого за завтрак</b>                  | <b>534</b> | <b>32,05</b> | <b>20,2</b> | <b>63,08</b> | <b>563</b>       |
| <b>Стоимость завтрака</b> |  |            |              |             |              | <b>102,00 р.</b> |

## Обед

|                        |                                   |            |              |              |              |                  |
|------------------------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|------------------|
| 31                     | Салат из свеклы с соленым огурцом | 60         | 0,8          | 3,7          | 3,7          | 73,00            |
| 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           |
|                        | <b>Итого за обед</b>              | <b>750</b> | <b>31,78</b> | <b>29,28</b> | <b>81,48</b> | <b>714,2</b>     |
| <b>Стоимость обеда</b> |                                   |            |              |              |              | <b>102,00 р.</b> |

## 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          |
|                           | <b>Итого за полдник</b> | <b>330</b> | <b>4,17</b> | <b>2,01</b> | <b>78,3</b> | <b>341,8</b>    |
| <b>Стоимость полдника</b> |                         |            |             |             |             | <b>45,00 р.</b> |

Итого за день