

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 23

Мокина Н.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

05 февраля 2025г



| № рецепта | Наименование блюда                          | Масса,г     | Цена, руб    | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|---|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|           |   |             |              | белки                | жиры         | углеводы      |                               |
|           | <b>Завтрак</b>                              |             |              |                      |              |               |                               |
| 291       | Плов с курицей 80/180                       | 260         | 60,77        | 24,28                | 24,42        | 38,02         | 520,8                         |
| 70        | Огурец соленый                              | 60          | 7,80         | 0,48                 | 0,12         | 1,92          | 10,8                          |
| 1091      | Хлеб пшеничный                              | 30          | 2,00         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                         |
| 1091      | Хлеб ржаной                                 | 30          | 2,00         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
| 378       | Чай с сахаром 200/15                        | 215         | 4,15         | 0,1                  | 0            | 15            | 60                            |
|           | <b>Итого завтрак:</b>                       | <b>595</b>  | <b>76,72</b> | <b>29,12</b>         | <b>25,14</b> | <b>79,72</b>  | <b>713,16</b>                 |
|           | <b>Обед</b>                                 |             |              |                      |              |               |                               |
| 324       | Свекла тушеная                              | 60          | 5,30         | 1,01                 | 0,73         | 6,3           | 35,81                         |
| 82        | Борщ с капустой и картофелем                | 200         | 9,17         | 1,59                 | 3,67         | 9,9           | 79,96                         |
| 268/331   | Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40 | 100         | 36,05        | 9,95                 | 12,45        | 17,32         | 186,95                        |
| 302       | Пшеничная каша рассыпчатая                  | 150         | 14,20        | 7,72                 | 3,96         | 43,28         | 239,59                        |
| 344       | Компот из яблок                             | 200         | 8,00         | 0,3                  | 0            | 27,3          | 112,1                         |
| 1091      | Хлеб пшеничный                              | 30          | 2,00         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                         |
| 1091      | Хлеб ржаной                                 | 30          | 2,00         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
|           | <b>Итого обед:</b>                          | <b>770</b>  | <b>76,72</b> | <b>24,83</b>         | <b>21,41</b> | <b>128,88</b> | <b>775,97</b>                 |
|           | <b>Всего:</b>                               | <b>1365</b> |              | <b>53,95</b>         | <b>46,55</b> | <b>208,6</b>  | <b>1489,13</b>                |