

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 23

Мокина Н.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

10 января 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
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
	Итого завтрак:	595	76,72	29,12	25,14	79,72	713,16
	Обед						
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
	Итого обед:	770	76,72	24,83	21,41	128,88	775,97
	Всего:	1365		53,95	46,55	208,6	1489,13



№ 23

Мокшина Н.В.

для льготного питания детей 5-11 классов и для

января 2023г

№ позиции	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
001	Шов с курицей 80/180	260	49,80	24,28	24,42	38,02	520,8
000	Отурец соленный	100	5,00	0,8	0,2	3,2	18
001	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
001	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
008	Чай с сахаром	222	3,00	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	642,00	61,00	29,44	25,22	81,00	720,36
Обед							
001	Свекла тушеная	100	3,00	1,68	1,22	10,5	59,68
002	Борщ с капустой и картофелем	250	6,02	1,99	4,59	12,38	99,95
001	Котлеты из говядины 80/40	120	31,57	13,08	16	22,35	240,15
001	Пшеничная каша рассыпчатая	180	8,20	9,26	4,75	51,94	287,51
000	Компот из яблок	200	9,01	0,3	0	27,3	112,1
001	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
001	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	910	61,00	30,57	27,16	149,25	920,95
	Всего:	1552,00		60,01	52,38	230,25	1641,31