

УТВЕРЖДАЮ
ИП Павлюк В.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ Мирнолюбвская школа
С.П. В.В. Сайбиленко



Меню на « 29 »

МБОУ МИРОЛЮБОВ 2022 г.

ШКОЛА

возрастная категория 7-11 лет					
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
Тефтели 1-й вариант	60/50	9,0	13,5	11,9	210,2
Каша рассыпчатая пшеничная	150/5	4,7	6,9	25,6	175,3
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	12,4	49,8
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	10,0	50,3
Итого за прием пищи	560	19,6	25,4	83,9	639,8
Цена 60 рублей 13 копеек					
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы отварной	60	0,9	3,7	4,9	56,1
Суп картофельный с бобовыми	200	4,6	4,4	15,2	117,8
Птица, тушенная в соусе	100	13,8	15,1	3,8	213,1
Каша рассыпчатая гречневая	150/5	8,7	5,7	39,4	244,2
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	16,4	68,4
Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,2	116,9
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	11,9	60,3
Итого за прием пищи	775	34,4	29,8	115,8	876,8
Цена 50 рублей					
возрастная категория 12-18 лет					
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Котлеты рубленные из птицы	100/5	16,7	21,5	15,1	320,7
Каша из пшеничной крупы	180/5	6,4	8,1	39,0	254,3
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	12,4	49,8
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1
Хлеб ржаной	40	2,7	0,5	15,9	80,4
Итого за прием пищи	570	31,2	22,1	113,6	779,6
Цена 36 рублей					
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Салат из свеклы отварной	100	1,5	6,1	8,2	93,4
Суп картофельный с бобовыми	250	5,8	5,4	19,0	147,3
Птица, тушенная в соусе	100	13,8	15,1	3,8	213,1
Каша рассыпчатая гречневая	180/5	10,2	6,7	45,8	283,7
Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	27,8	113,7
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1
Хлеб ржаной	45	3,1	0,6	17,9	90,5
Итого за прием пищи	920	39,4	34,3	152,6	1083,8
Цена 50 рублей					