

УТВЕРЖДАЮ
ИИ Павлюк В.В.



СОГЛАСОВАНО

Директора МБОУ Мирнолюбовская школа
С/П В.В. Самойленко



Меню на «06» 04 ШКОЛА» 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	80	1,2	4,1	7,5	45	72
Котлеты рубленные из птицы	90/5	15,7	12,2	14,6	294	231,0
Каша рассыпчатая гречневая	150/5	8,7	5,7	39,4	171	244,2
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	12,4	376	49,8
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	СРБ	94,7
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	10,0	СРБ	50,3
Итого за прием пищи	575	30,5	22,5	104,0		742,0
Цена 60 рублей 13 копеек						
Обед	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0,5	0,1	1,0	70/71	7,8
Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	4,0	9,9	82	81,6
Птица, тушенная в соусе	100	13,8	15,1	3,7	290	212,3
Макаронны отварные	150/5	5,6	7,9	35,0	309	230,8
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	342.1	40,7
Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,2	СРБ	116,9
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	11,9	СРБ	60,3
Итого за прием пищи	775	27,4	28,1	95,2		750,4
Цена 50 рублей						
Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Котлеты рубленные из птицы	100/5	17,4	13,1	16,2	294	253,0
Каша рассыпчатая гречневая	180/5	10,2	6,7	45,8	312	283,7
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	12,4	376	49,8
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	СРБ	142,1
Хлеб ржаной	40	2,7	0,5	15,9	СРБ	80,4
Итого за прием пищи	570	35,0	20,7	120,4		809,0
Цена 36 рублей						
Обед	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	0,8	0,1	1,7	70/71	13,0
Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,0	12,3	82	102,1
Птица, тушенная в соусе	100	13,8	15,1	3,8	290	213,1
Макаронны отварные	180/5	6,5	8,6	40,6	309	262,7
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	342.1	40,7
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	СРБ	142,1
Хлеб ржаной	45	3,1	0,6	17,9	СРБ	90,5
Итого за прием пищи	920	30,7	29,9	115,9		864,2
Цена 50 рублей						