

УТВЕРЖДАЮ
И.П. Павлюк В.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Миролубовская школа»
С.П. Савойченко



Меню на «06» 04 ШКОЛ 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Каша молочная рисовая	210	5,9	3,9	52,8	174	268,0
Сыр (порциями)	15	3,5	4,4	0,0	15	54,6
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	470	14,3	8,5	95,3		517,4
Цена 60 рублей 13 копеек						
Обед	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	60	1,0	3,0	5,5		54,0
Рассольник ленинградский	200	1,9	4,1	13,2		97,8
Печень по-строгановски	100	13,6	10,8	7,5		189,1
Каша рассыпчатая гречневая	150/5	8,7	5,7	39,4		244,2
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5		40,7
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	31,3	24,6	111,2		803,0
Цена 50 рублей						
Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Каша молочная рисовая	210	5,9	3,6	52,8	174	268,0
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	490	13,3	4,5	111,2		540,3
Цена 36 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			№ рец.	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	1,5	5,1	9,3	45	89,9
Рассольник ленинградский	250	2,3	5,3	16,4	96	122,4
Печень по-строгановски	100	13,6	10,8	7,5	255	189,1
Каша рассыпчатая гречневая	180/5	10,2	6,7	45,8	312	283,7
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	915	35,4	29,0	136,5		958,4
Цена 50 рублей						