



Меню
На 05 июня 2025 года (6-10 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
День 4 Зав-трак	Сыр «Россий-ский» (порция-ми) 50% жирно-сти	1/20	3,48	4,43	0,00	54,00	15 стр. 65	13-00
	Суп молочный макаронными изделиями	1/200/5	3,40	3,82	16,56	114,20	12 стр. 143	11-95
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	Пром.	10-80
	Какао с молоком	1/200	3,76	3,20	26,74	150,80	382стр.314	10-26
Обед	Икра свекольная	1/60	1,38	4,08	9,24	79,20	75 стр.105	6-82
	Суп картофе-льный с клецками	1/250	5-23	6-28	29,00	193,50	108 стр.134	10-04
	Рыба тушенная (минтай) в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	229стр.304	72-24
	Пюре карто-фельное	1/150/5	3,74	6,12	22,28	159,12	312стр.182	17-12
	Компот из све-жих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	342 стр.336	8-28
	Хлеб из пше-ничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.	1-54
	Хлеб из ржано-пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	Пром.	1-00
Итого:		1/1405	37,58	35,19	160,72	1555,62		159-32

Повар

Малюкова П.

/Малюкова П./



Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ №19
Пос. Нижнезольского
О.М. Атоян

Меню

На 05 июня 2025 года (11-15 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4 Завтрак	Сыр «Российский» (порция-ми) 50% жирности	1/20	3,48	4,43	0,00	54,00	15 стр. 65	13-00
	Суп молочный макаронными изделиями	1/200/5	3,40	3,82	16,56	114,20	12 стр. 143	11-95
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	Пром.	10-80
	Какао с молоком	1/200	3,76	3,20	26,74	150,80	382стр.314	10-26
Обед	Икра свекольная	1/60	1,38	4,08	9,24	79,20	75 стр.105	6-82
	Суп картофельный с клецками	1/250	5-23	6-28	29,00	193,50	108 стр.134	10-04
	Рыба тушеная (минтай) в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	138,60	229стр.304	72-24
	Пюре картофельное	1/150/5	3,74	6,12	22,28	159,12	312стр.182	17-12
	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	342 стр.336	8-28
	Хлеб из пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	Пром.	1-54
	Хлеб из ржано-пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	Пром.	1-00
Итого:		1/1405	37,58	35,19	160,72	1555,62		159-32

Повар

Малюкова П.

/Малюкова П./