

Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ №19
Пос. Нижнезольского

О.М.Атоян

Меню

На 06 июня 2025 года (6-10 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
День 5 Зав-трак	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	209 стр. 219	16-50
	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	73 стр. 103	20-51
	Компот из лимон-монов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,60	864 стр.371.	5-38
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	Пром.	10-80
Обед	Овощи свежие в нарезке (помидор)	1/60	0,48	0,00	2,04	9,60	71 стр.102	11-40
	Суп картофель-ный с бобовы-ми(фасоль)	1/250	5,08	5,35	23,85	163,75	102 стр.129	11-39
	Котлеты или би-точка рыб-ные(минтай) с маслом сливоч-ным	1/90/5	13,32	16,92	10,44	24,66	234 стр.243	37-99
	Каша рассыпч-тая пшеница с овощами	1/150/5	4,20	4,49	41,63	223,20	166стр.182	9-03
	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	349стр.304	9-76
	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:		1/1325	39,69	47,76	218,22	1327,31		137-84

Повар Мелеу /Малюкова П./



Меню
 На 06 июня 2025 года (11-15 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Угле- воды			
День 5 Зав-трак	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	209 стр. 219	16-50
	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	73 стр. 103	20-51
	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,60	864 стр. 371.	5-38
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	Пром.	10-80
Обед	Овощи свежие в нарезке (помидор)	1/60	0,48	0,00	2,04	9,60	71 стр. 102	11-40
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/250	5,08	5,35	23,85	163,75	102 стр. 129	11-39
	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом сливочным	1/90/5	13,32	16,92	10,44	24,66	234 стр. 243	37-99
	Каша рассыпчатая пшеничная с овощами	1/150/5	4,20	4,49	41,63	223,20	166 стр. 182	9-03
	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	349 стр. 304	9-76
	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:		1/1325	39,69	47,76	218,22	1327,31		137-84

Повар Малюкова П.П. /Малюкова П.П./