

Директор МКОУ СОШ №19

пос. Нижнезольского

О.М. Атоян

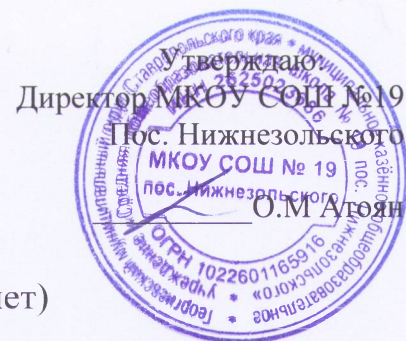


Меню

На 19 июня 2025 года (6-10 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
День 12 Зав-трак	Каша жидкая молочная из манной крупы	1/200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	182стр.195	10-01
	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	376стр.312	6-86
	Булочка «Ладушка» йодированная	1/50	2,75	0,55	26,80	139,00	Пром.	14-00
Обед	Свекольник со сметаной 15% жирности	1/250/15	0,79	3,87	13,67	96,97	145 стр.164	14-99
	Тефтели из курицы 2-ой вариант с соусом сметанным с томатом и луком	1/90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	279 стр. 287	40-87
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом сливочным	1/150/5	9,02	7,54	48,87	299,52	302стр. 311	11-49
	Кисель из яблок	1/200	0,12	0,00	30,12	121,00	352стр.344	9-35
	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:		1/1355	33,16	31,03	214,95	1396,72		110-11

Повар Малюкова П. /Малюкова П./



Меню На 19 июня 2025 года (11-15 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
День 12 Зав-трак	Каша жидкая мо-лочная из манной крупы	1/200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	182стр.195	10-01
	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	376стр312	6-86
	Булочка «Ла-душка» йодиро-ванная	1/50	2,75	0,55	26,80	139,00	Пром.	14-00
Обед	Свекольник со сметаной 15% жирности	1/250/15	0,79	3,87	13,67	96,97	145 стр.164	14-99
	Тефтели из ку-рицы 2-ой вари-ант с соусом сметанным с то-матом и луком	1/90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	279 стр. 287	40-87
	Каша рассыпча-тая гречневая с маслом сливоч-ным	1/150/5	9,02	7,54	48,87	299,52	302стр. 311	11-49
	Кисель из яблок	1/200	0,12	0,00	30,12	121,00	352стр344	9-35
	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:		1/1355	33,16	31,03	214,95	1396,72		110-11

Повар Малюкова П. /Малюкова П./