

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Павлюк В.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Самарская школа  
им. М.К. Чуковского" А.В. Курьяков

6

Меню на « 12 » 12

2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Каша пшённая с изюмом	210	8,2	11,9	46,2	326,0	177
Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,2	12,6	82,6	379
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Кондитерские изделия	20	1,5	2,0	14,9	83,4	СРБ
Итого за прием пищи	575	17,9	17,0	112,0	677,2	
Цена 60 рублей 13 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	60	1,0	3,0	5,5	54,0	45
Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	3,9	8,7	83,0	82
Котлеты рубленные из птицы	95	14,9	21,3	13,3	304,5	294
Каша вязкая из крупы "Артек"	155	4,0	4,1	23,3	145,0	303
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи	795	29,0	33,3	105,4	847,6	
Цена 76 рублей						
Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Каша пшённая с изюмом	210	8,2	11,9	46,2	326,0	177
Кондитерские изделия	20	1,5	2,0	14,9	83,4	СРБ
Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,2	12,6	82,6	379
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ
Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	60,9	СРБ
Итого за прием пищи	495	18,8	16,8	110,5	671,3	
Цена 55 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	1,5	5,1	9,3	89,9	45
Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	10,9	103,8	82
Котлеты рубленные из птицы	105	16,6	23,4	14,8	334,7	294
Каша вязкая из крупы "Артек"	185	4,9	4,8	27,9	173,7	303
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи	925	32,5	39,2	117,5	963,2	
Цена 76 рублей						