



УТВЕРЖДАЮ  
И.И. Павлюк В.В.

*[Handwritten signature]*

СОГЛАСОВАНО  
Директор

*[Handwritten signature]*  
МБОУ "Калининская школа №13" г. Ленинск-Кулинский

Меню на « 19 » 12.



2022

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	80	0,7	0,1	1,3	10,4	70/71
Макароны отварные с сыром	170	9,2	6,5	32,0	243,3	204
Бутерброды с повидлом	55	2,4	3,9	27,8	156,0	2
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	13,5	54,0	376
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Итого за прием пищи	585	12,7	10,9	84,5	510,7	

Цена 60 рублей 13 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0,5	0,1	1,0	7,8	70/71
Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	3,9	8,7	83,0	82
Котлеты рубленые из птицы	95	14,9	21,3	13,3	304,5	294
Каша рассыпчатая ячневая	155	4,9	4,3	32,1	186,0	171
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	29,5	30,6	109,7	842,4	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Макароны отварные с сыром	170	9,2	6,5	32,0	243,3	204
Овощи натуральные по сезону	80	0,7	0,1	1,3	10,4	70/71
Бутерброды с повидлом	55	2,5	3,8	28,4	157,2	2
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	13,5	54,0	376
Итого за прием пищи	485	12,5	10,4	75,2	464,9	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	0,8	0,2	1,7	13,0	70/71
Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	10,9	103,8	82
Котлеты рубленые из птицы	105	16,6	23,4	14,8	334,7	294
Каша рассыпчатая ячневая	185	5,7	4,3	37,0	208,5	171
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	32,6	33,8	119,0	921,1	

Цена 76 рублей