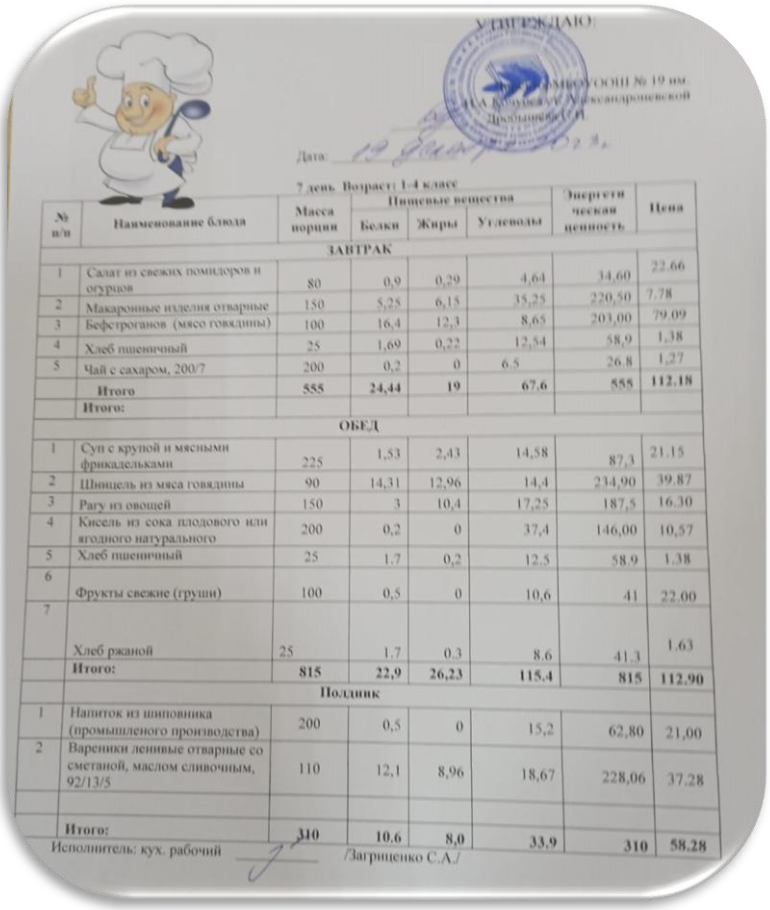

УТВЕРЖДАЮ:

МБОУ ООШ № 19 им. Н.А. Кострова ст. Александроневской
Прохоренко С.Н.

Дата: 19 декабря 2023 г.

7 день Возраст: 1-4 класс

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
	ЗАВТРАК						
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,9	0,29	4,64	34,60	22.66
2	Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220,50	7.78
3	Бефстроганов (мясо говядины)	100	16,4	12,3	8,65	203,00	79.09
4	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,22	12,54	58,9	1,38
5	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0	6.5	26.8	1,27
	Итого	**555**	**24,44**	**19**	**67.6**	**555**	**112.18**
	Итого:						
	ОБЕД						
1	Суп с крупой и мясными фрикадельками	225	1,53	2,43	14,58	87,3	21.15
2	Шницель из мяса говядины	90	14,31	12,96	14,4	234,90	39.87
3	Рагу из овощей	150	3	10,4	17,25	187,5	16.30
4	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,2	0	37,4	146,00	10,57
5	Хлеб пшеничный	25	1.7	0,2	12.5	58.9	1.38
6	Фрукты свежие (груши)	100	0,5	0	10,6	41	22.00
7	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.6	41.3	1.63
	Итого:	**815**	**22,9**	**26,23**	**115.4**	**815**	**112.90**
	Полдник						
1	Напиток из шиповника (промышленого производства)	200	0,5	0	15,2	62,80	21,00
2	Вареники ленивые отварные со сметаной, маслом сливочным, 92/13/5	110	12,1	8,96	18,67	228,06	37.28
	Итого:	**310**	**10.6**	**8,0**	**33.9**	**310**	**58.28**

Исполнитель: кух. рабочий /Загрищенко С.А./