

Утверждено:  
 директор МКОУ «Кисловская СШ»  
 Г.В.Мельникова



МЕНЮ 17.04.2025

Вариант 4

Первый прием пищи  
 Завтрак (возрастная группа 7-11 лет)

| № рец. по сбор. | Прием пищи, наименование блюд            | Масса порции с 7 до 11 лет | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергет. ценность |
|-----------------|--|----------------------------|----------------------|-------|-------|-------------------|
|                 |  |                            | Б                    | Ж     | У     |                   |
| 52/2017м        | Свекла отварная с маслом растительным    | 60                         | 0,88                 | 3,6   | 4,96  | 55,68             |
| 229/2017м       | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 90                         | 12,7                 | 8,9   | 6,3   | 156,1             |
| 54-28к/2022н    | Каша ячневая с овощами                   | 150                        | 4,38                 | 6,58  | 23,93 | 171,60            |
| 701/2010м       | Хлеб пшеничный йодированный              | 30                         | 2,1                  | 0,3   | 14,49 | 70,14             |
| 2022н           | Чай каркаде                              | 200                        | 0,16                 | 0,08  | 7,18  | 30,08             |
|                 | Итого                                    | 530                        | 20,22                | 19,46 | 56,86 | 483,60            |

Первый прием пищи  
 Завтрак (возрастная группа 12-18 лет)

| № рец. по сбор. | Прием пищи, наименование блюд            | Масса порции с 12 до 18 лет | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергет. ценность |
|-----------------|--|-----------------------------|----------------------|-------|-------|-------------------|
|                 |  |                             | Б                    | Ж     | У     |                   |
| 54/2017м        | Свекла отварная с маслом растительным    | 100                         | 1,47                 | 6,0   | 8,30  | 92,8              |
| 229/2017м       | Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами | 100                         | 14,11                | 9,9   | 7,0   | 173,44            |
| 54-28к/2022н    | Каша ячневая с овощами                   | 180                         | 5,26                 | 7,90  | 28,72 | 205,92            |
| 701/2010м       | Хлеб пшеничный йодированный              | 40                          | 3,16                 | 0,4   | 19,32 | 93,52             |
| 2022н           | Чай каркаде                              | 200                         | 0,16                 | 0,08  | 7,18  | 30,08             |
|                 | Итого                                    | 620                         | 28,08                | 27,74 | 80,92 | 684,28            |