

**Меню завтраков в сельских школах для питания учащихся 1 - 4 классов  
на 2023 год  
2 неделя - Стоимость питания 1 - 4 кл. - 68,50руб.**

	Наименование блюда	Выход блюда	Стоимость блюда	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн. Ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)								
								"С"	"В1"	"В1"	Са	Mg	Fe						
	<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>																		
№ 191 Справочник г.Москва 2003 г	Тефтели из говядины	90/30	49,13	10,9	17,2	14,7	253	1,9	0,01	25,2	22,4	0,8							
№ 463/3 Сборник г.Москва 2006 г	Каша вязкая гречневая	150	6,87	2,42	4,1	29,6	102	11,3	0,03	51,8	17,8	0,7							
Продукция промышленного производства	Кондитерские изделия (печенье)	12	2,05	0,7	0,41	12	62	0	0	0	0	0							
№ 943 Справочник г.Москва 2003 г	Чай с сахаром	200	1,74	0,1	0,03	9,1	25	0	0	0,26	0	0,03							
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	50	2,86	4,05	0,6	22,4	111	0	0	0	0	0							
	<b>Стоимость за день</b>	<b>532</b>	<b>62,65</b>	<b>18,17</b>	<b>22,34</b>	<b>87,8</b>	<b>553</b>												
	<b>ВТОРНИК</b>																		
№ 388 Справочник г.Москва 2003 г	Биточки рыбные	90	17,84	9,68	6,7	8,2	134	0,65	0,03	166	74,5	1,84							
№ 323./3 Справочник г.Москва 2003 г	Картофель отварной с маслом	150/10	15,13	3	10,5	22,5	134	7,44	0,15	17,2	38,4	1,51							
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	40	2,29	4,05	0,6	22,4	111	0	0	0	0	0							
№ 943 Справочник г.Москва 2006 г	Чай с лимоном и сахаром	200	2,91	0,2	0,03	9,3	37	0	0,01	47,8	5,42	0,06							
Сборник г. Москва Дели принт 2011 № 338	Фрукт (яблоко)	1/150	21	0,5	0,3	24,8	93,6	0	0,04	6,4	7,6	0,5							
	<b>Стоимость за день</b>	<b>640</b>	<b>59,17</b>	<b>17,43</b>	<b>18,13</b>	<b>87,2</b>	<b>509,6</b>												
	<b>СРЕДА</b>																		
№ 170 Справочник г.Москва 2003 г	Котлета московская	90	47,52	4,32	11,2	10	225	0	0,1	51	0,3	0,8							
№ 443 Справочник г.Москва 2003 г	Картофельное пюре с соусом красным	150/20	12,65	6,09	4,59	17,9	123	15,6	0,01	69,5	34,5	0,9							
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	40	2,29	3,2	0,48	18	89	0	0	0	0	0							
№ 270 Сборник Москва 2003 г	Кофейный напиток с молоком	200	8,57	2,8	2,8	14,7	93	2,5	0,02	60,4	7	0,1							
Сборник г. Москва Дели принт 2011 № 338	Фрукт (яблоко)	1/150	21	0,5	0,3	24,8	93,6	8,28	0	10,8	9	0,2							
	<b>Стоимость за день</b>	<b>570</b>	<b>92,03</b>	<b>16,91</b>	<b>19,37</b>	<b>85,4</b>	<b>623,6</b>												
	<b>ЧЕТВЕРГ</b>																		
№ 217 Сборник г.Москва 2008 г	Фрикадельки из кур	90	20,91	11,5	9,8	4,7	149	0,03	125	37	0,8	0,8							
№ 413 Сборник Москва 2003 г	Макаронные изделия	150	6,78	5,5	2,2	33,3	196	0	0,06	34,1	20,5	0,82							
№ 1 Справочник г.Москва 2004 г	Бургер с маслом	30/15	8,52	1,9	6,8	13,6	110	0	0,04	0	0	0							
№ 943 Справочник г.Москва 2006 г	Чай с лимоном и сахаром	200	2,91	0,2	0,03	9,3	37	0	0	55	54	2,7							
Сборник г. Москва Дели принт 2011 № 338	Фрукт (яблоко)	1/150	21	0,5	0,3	24,8	93,6	0	0	0	0	0							
	<b>Стоимость за день</b>	<b>635</b>	<b>60,12</b>	<b>19,16</b>	<b>19,13</b>	<b>85,7</b>	<b>585,6</b>												
	<b>ПЯТНИЦА</b>																		
№302 Справочник г.Москва 2004 г	Каша молочная пшеничная вязкая	200/10	15,82	8,1	9,4	41	334	0,65	0,07	166	74,5	1,8							
№ 1 Справочник г.Москва 2004 г	Бургер с сыром	30/20	14,7	6,1	4	20	110	0	0,05	34,1	20,5	0,8							
№ 113 Справочник г.Москва 2003 г	Яйцо вареное	1/60	7,8	5,08	4,6	0,4	94	0	0	6,4	7,6	0,5							
№ 943 Справочник Москва 2003 г	Чай с сахаром	200	1,74	0,1	0,03	9,1	25	0	0	47,8	5,42	0,1							
Сборник г. Москва Дели принт 2011 № 338	Фрукт (яблоко)	1/150	21	0,5	0,3	24,8	93,6	8,28	0	10,8	9	0,2							
	<b>Стоимость за день</b>	<b>617</b>	<b>61,06</b>	<b>19,88</b>	<b>18,33</b>	<b>95,3</b>	<b>656,6</b>												
	<b>Итого за неделю</b>		<b>335,03</b>	<b>91,99</b>	<b>97,3</b>	<b>441,4</b>	<b>2928,4</b>	<b>56,63</b>	<b>125,62</b>	<b>897,56</b>	<b>409,24</b>	<b>15,16</b>							
	<b>Средняя стоимость за 2 недели</b>		<b>67,006</b>	<b>18,398</b>	<b>19,46</b>	<b>88,28</b>	<b>585,68</b>	<b>11</b>	<b>0,16</b>	<b>199</b>	<b>73</b>	<b>3</b>							