

Утверждено:

Индивидуальный предприниматель

Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

07 июня 2024г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                           | Масса<br>порций | Пищевые вещества (г) |       |               | Энергетическая<br>ценность |
|--------------|----------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|---------------|----------------------------|
|              |                                              |                 | белки                | жиры  | углево-<br>ды | (ккал)                     |
|              | <b>Завтрак</b>                               |                 |                      |       |               |                            |
| 338          | Яблоко 1/150                                 | 150             | 0,1                  | 0     | 37,2          | 90                         |
| 294          | Котлета рубленая из курицы 80/20             | 100             | 12,96                | 19,36 | 12,48         | 276,8                      |
| 312          | Картофель отварной со сливочным маслом 150/5 | 155             | 3,12                 | 5,1   | 18,75         | 132,6                      |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30              | 2,66                 | 1     | 14            | 79,8                       |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30              | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1                       |
| 378          | Чай с молоком 150/50/15                      | 215             | 1,4                  | 1,6   | 17,7          | 91                         |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                        | 680             | 22,07                | 27,42 | 112,1         | 729,3                      |
|              | <b>Обед</b>                                  |                 |                      |       |               |                            |
| 71           | Огурец свежий порционно                      | 60              | 0,5                  | 0     | 2             | 9                          |
| 99           | Суп из овощей                                | 200             | 1,4                  | 3,92  | 11,4          | 86,6                       |
| 279/330      | Тефтели из говядины 80/50                    | 130             | 22,3                 | 20,25 | 18,3          | 304,5                      |
| 302          | Каша рассыпчатая гречневая                   | 150             | 7,2                  | 6,29  | 40,7          | 249,6                      |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30              | 2,66                 | 1     | 14            | 79,8                       |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30              | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1                       |
| 349          | Компот из сухофруктов                        | 200             | 0,08                 | 0     | 21,82         | 87,6                       |
|              | <b>Итого обед:</b>                           | 800             | 35,97                | 31,82 | 120,19        | 876,2                      |
|              | <b>Всего:</b>                                | 1480            | 58,04                | 59,24 | 232,29        | 1605,5                     |