



директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

29 сентября 2023г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                              | Масса,г     | Цена,<br>руб | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность, кКал |
|--------------|-------------------------------------------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
|              |                                                 |             |              | белки                | жиры         | углево-<br>ды |                                  |
|              | <b>Завтрак</b>                                  |             |              |                      |              |               |                                  |
| 338          | Фрукты свежие сезонные<br>1шт                   | 100         | 21,20        | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                               |
| 204          | Макаронные изделия<br>отварные с сыром 150/20/5 | 175         | 38,21        | 9,96                 | 12,97        | 32,8          | 287,96                           |
| 328          | Какао с молоком                                 | 200         | 18,59        | 3,76                 | 3,2          | 26,74         | 150,8                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                  | 30          | 2,00         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                     | 30          | 2,00         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                           | <b>535</b>  | <b>82,00</b> | <b>18,78</b>         | <b>16,97</b> | <b>91,82</b>  | <b>595,32</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                                     |             |              |                      |              |               |                                  |
| 324          | Свекла тушеная                                  | 60          | 5,30         | 1,01                 | 0,73         | 6,3           | 35,81                            |
| 102          | Суп гороховый                                   | 200         | 10,20        | 4,12                 | 4            | 14,49         | 110,23                           |
| 291          | Плов с курицей 90/150                           | 240         | 58,35        | 26,37                | 29,08        | 45,72         | 547,24                           |
| 378          | Чай с сахаром 200/15                            | 215         | 4,15         | 0,1                  | 0            | 15            | 60                               |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                  | 30          | 2,00         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                     | 30          | 2,00         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого обед:</b>                              | <b>775</b>  | <b>82,00</b> | <b>35,86</b>         | <b>34,41</b> | <b>106,29</b> | <b>874,84</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                                   | <b>1310</b> |              | <b>54,64</b>         | <b>51,38</b> | <b>198,11</b> | <b>1470,16</b>                   |