



Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Турзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

25 октября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
291	Плов с курицей 80/180	260	66,05	24,28	24,42	38,02	520,8
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
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
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>595</b>	<b>82,00</b>	<b>29,12</b>	<b>25,14</b>	<b>79,72</b>	<b>713,16</b>
	<b>Обед</b>						
324	Свекла тушеная	60	5,30	1,01	0,73	6,3	35,81
82	Борщ с капустой и картофелем	200	10,20	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	36,05	9,95	12,45	17,32	186,95
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	16,80	7,72	3,96	43,28	239,59
344	Компот из яблок	200	9,65	0,3	0	27,3	112,1
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>770</b>	<b>82,00</b>	<b>24,83</b>	<b>21,41</b>	<b>128,88</b>	<b>775,97</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1365</b>		<b>53,95</b>	<b>46,55</b>	<b>208,6</b>	<b>1489,13</b>