

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

02 октября 2023г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса, г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углеводы | |
| | Завтрак | | | | | | |
| | Кондитерское изделие 1 шт | 55 | 17,30 | 3 | 17,5 | 26,5 | 275 |
| 224 | Запеканка из творога с морковью с яблочным соусом 150/20 | 170 | 56,55 | 12,3 | 9,2 | 42,6 | 396,6 |
| 377 | 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 |
| | Итого завтрак: | 500 | 82,00 | 19,66 | 27,3 | 108,88 | 853,16 |
| | Обед | | | | | | |
| 70 | Помидор соленый | 60 | 8,20 | 0,72 | 0,12 | 3,48 | 18 |
| 96 | Рассольник ленинградский | 200 | 11,30 | 1,74 | 3,83 | 12,3 | 90,27 |
| 294/331 | Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40 | 100 | 43,20 | 10,04 | 11,82 | 10,5 | 188,03 |
| 309 | Макаронные изделия отварные | 150 | 8,20 | 5,28 | 3,88 | 32,74 | 187,2 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 7,10 | 0,38 | 0 | 30,74 | 124,46 |
| 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 |
| | Итого обед | 770 | 82,00 | 22,42 | 20,25 | 114,54 | 729,52 |
| | Всего: | 1270 | | 42,08 | 47,55 | 223,42 | 1582,68 |