



Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

16 января 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
73	Кабачковая икра	60	10,60	0,00	4,2	4,2	54
210	Омлет натуральный	159	43,75	15,55	16,94	2,78	240
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
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	100	14,22	0,4	0	12,6	52
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	594	76,72	20,31	21,74	59,36	527,56
	Обед						
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,20	1,78	3,28	12,4	93,2
234/331	Котлеты из минтая с соусом томатным 60/40	100	29,82	9,48	8,28	9,24	225
312	Пюре картофельное	150	16,70	3,26	4,24	20,17	130,97
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
344	Компот из яблок	200	10,20	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	76,72	19,56	16,52	95,81	693,63
	Всего:	1364		39,87	38,26	155,17	1221,19