



Утверждено
Директор ИБОО СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

14 марта 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	31,67	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	25,40	5,9	8,5	14,2	157
338	Фрукты свежие сезонные	100	15,50	0,4	0	12,6	52
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	575	76,72	12,5	19,8	75,3	529
	Обед						
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
112	Суп гороховый	200	10,20	4,12	4	14,49	110,23
290	Курица, тушенная в соусе 50/50	100	37,40	13,5	17,1	3,8	223
309	Макаронные изделия отварные	150	8,60	5,28	3,88	32,74	187,2
344	Компот из яблок	200	8,72	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	770	76,72	27,94	25,7	105,03	764,89
	Всего:	1345		40,44	45,5	180,33	1293,89