

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

14 сентября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	4,56	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный 159	159	32,24	15,55	16,94	2,78	240
338	Фрукты свежие сезонные калиброванное 1шт	100	17,00	0,4	0	12,6	52
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	0,2	0	16	65
	Итого завтрак:	551	61,00	20,49	24,79	56,29	544,66
	Обед						
73	Кабачковая икра	100	6,15	0	7	7	90
101	Суп картофельный с пшеном	250	6,02	2,23	4,1	15,5	116,5
229/331	Рыба, припущенная с овощами 50/50	100	32,43	18,12	8,94	9,19	193,86
312	Пюре картофельное	180	10,20	3,91	5,1	24,2	157,16
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого обед:	905	61,00	28,62	25,74	95,67	739,08
	Всего:	1456		49,11	50,53	151,96	1283,74