

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Индивидуальный предприниматель



Саратовкин М.Г.



Сикетина Н.А.

## Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

03 июня 2025г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                           | Масса  | Пищевые вещества (г) |       |               | Энергетическая |
|--------------|----------------------------------------------|--------|----------------------|-------|---------------|----------------|
|              |                                              | порций |                      |       |               | ценность       |
|              |                                              |        | белки                | жиры  | углево-<br>ды | (ккал)         |
|              | <b>Завтрак</b>                               |        |                      |       |               |                |
| ТТКЗ         | Поджарка из мякоти кур 80/20                 | 100    | 14,58                | 11,78 | 14,00         | 311,40         |
| 139          | Капуста тушеная                              | 150    | 3,00                 | 5,40  | 15,90         | 124,50         |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30     | 2,66                 | 1,00  | 14,00         | 79,80          |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30     | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,10          |
| 377          | Чай с лимоном 200/15/7                       | 222    | 0,20                 | 0,00  | 16,00         | 65,00          |
|              | Итого:                                       | 532    | 22,27                | 18,54 | 71,87         | 639,8          |
|              | <b>Обед</b>                                  |        |                      |       |               |                |
| 131          | Зеленый горошек отварной                     | 60     | 1,86                 | 2,64  | 3,90          | 46,80          |
| 103          | Суп картофельный с макаронными изделиями     | 200    | 2,12                 | 2,22  | 19,38         | 106,00         |
| 269/331      | Котлеты домашние с соусом 80/20              | 100    | 12,32                | 17,46 | 20,00         | 289,80         |
| 310          | Картофель отварной со сливочным маслом 150/5 | 155    | 3,00                 | 4,90  | 21,45         | 141,90         |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30     | 2,66                 | 1,00  | 14,00         | 79,80          |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30     | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,10          |
| 349          | Компот из сухофруктов                        | 200    | 0,08                 | 0,00  | 21,82         | 87,60          |
|              | Итого обед:                                  | 775    | 23,87                | 28,58 | 112,52        | 811            |
|              | Всего:                                       | 1307   | 46,14                | 47,12 | 184,39        | 1450,8         |