



Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

16 декабря 2024г

| №<br>рецепта | Наименование<br>блюда                                            | Масса,г     | Цена,<br>руб | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность, кКал |
|--------------|------------------------------------------------------------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
|              |                                                                  |             |              | белки                | жиры         | углево-<br>ды |                                  |
|              | <b>Завтрак</b>                                                   |             |              |                      |              |               |                                  |
| 15           | Сыр российский<br>порционно                                      | 30          | 24,79        | 6,96                 | 8,85         | 0             | 107,49                           |
| 14           | Масло сливочное<br>«крестьянское»<br>порциями                    | 10          | 8,82         | 0,08                 | 7,25         | 0,13          | 66,1                             |
| 173          | Каша вязкая<br>молочная из<br>пшена с маслом<br>сливочным 200/10 | 210         | 27,80        | 9,6                  | 16,8         | 46,3          | 341,6                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                                   | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                                      | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 389          | Сок фруктовый                                                    | 200         | 23,65        | 1                    | 0            | 24,4          | 101,6                            |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                                            | <b>510</b>  | <b>88,66</b> | <b>21,9</b>          | <b>33,5</b>  | <b>95,61</b>  | <b>738,35</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                                                      |             |              |                      |              |               |                                  |
| 338          | Фрукты свежие<br>сезонные<br>(Апельсин) 1шт                      | 100         | 15,01        | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                               |
| 70           | Огурец соленый                                                   | 60          | 3,44         | 0,48                 | 0,12         | 1,92          | 10,8                             |
| 102          | Суп гороховый                                                    | 200         | 9,19         | 4,12                 | 4            | 14,5          | 110,23                           |
| 294/331      | Котлеты рубленые<br>из курицы с<br>соусом сметанным<br>60/40     | 100         | 36,67        | 10,04                | 11,82        | 10,5          | 188,03                           |
| 309          | Макаронные<br>изделия отварные                                   | 150         | 8,05         | 5,28                 | 3,88         | 32,74         | 187,2                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                                   | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                                      | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 344          | Компот из яблок                                                  | 200         | 12,70        | 0,3                  | 0            | 27,3          | 112,1                            |
|              | <b>Итого обед:</b>                                               | <b>870</b>  | <b>88,66</b> | <b>25,28</b>         | <b>20,62</b> | <b>119,24</b> | <b>764,92</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                                                    | <b>1380</b> |              | <b>47,18</b>         | <b>54,12</b> | <b>214,85</b> | <b>1503,27</b>                   |

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

17 декабря 2024г

| №<br>рецепта | Наименование<br>блюда                               | Масса,г     | Цена,<br>руб | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность, кКал |
|--------------|-----------------------------------------------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
|              |                                                     |             |              | белки                | жиры         | углево-<br>ды |                                  |
|              | <b>Завтрак</b>                                      |             |              |                      |              |               |                                  |
|              | Кондитерское<br>изделие 1 шт                        | 30          | 15,01        | 3                    | 17,5         | 26,5          | 275                              |
| 223          | Запеканка из<br>творога с соусом<br>яблочным 150/20 | 170         | 32,75        | 26,23                | 13,72        | 28,7          | 368,1                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                      | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                         | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 386          | Йогурт в инд.<br>упаковке                           | 125         | 27,50        | 4,25                 | 3,13         | 6,88          | 72,63                            |
| 378          | Чай с молоком<br>150/50/15                          | 215         | 9,80         | 1,4                  | 1,6          | 17,7          | 91                               |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                               | <b>600</b>  | <b>88,66</b> | <b>39,14</b>         | <b>36,55</b> | <b>104,56</b> | <b>928,29</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                                         |             |              |                      |              |               |                                  |
| 338          | Яблоки свежие<br>сезонные 1шт                       | 100         | 15,01        | 0,4                  | 0            | 12,6          | 52                               |
| 70           | Помидор соленный                                    | 60          | 3,65         | 0,72                 | 0,12         | 3,48          | 18                               |
| 103          | Суп картофельный<br>с макаронными<br>изделиями      | 200         | 8,25         | 2,16                 | 2,56         | 15,12         | 91,87                            |
| 279/331      | Тефтели из<br>говядины 60/40                        | 100         | 31,67        | 8,2                  | 9,92         | 10,35         | 159,85                           |
| 302          | Гречка отварная                                     | 150         | 20,80        | 8,42                 | 5,22         | 36,42         | 226,08                           |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                      | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                         | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 349          | Компот из<br>сухофруктов                            | 670         | 5,68         | 0,38                 | 0            | 30,74         | 124,46                           |
|              | <b>Итого обед:</b>                                  | <b>1340</b> | <b>88,66</b> | <b>24,54</b>         | <b>18,42</b> | <b>133,49</b> | <b>793,82</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                                       | <b>1940</b> |              | <b>63,68</b>         | <b>54,97</b> | <b>238,05</b> | <b>1722,11</b>                   |



Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 18  
Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

18 декабря 2024г

| №<br>рецепта | Наименование<br>блюда                             | Масса,г     | Цена,<br>руб | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность, кКал |
|--------------|---------------------------------------------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
|              |                                                   |             |              | белки                | жиры         | углево-<br>ды |                                  |
|              | <b>Завтрак</b>                                    |             |              |                      |              |               |                                  |
| 291          | Плов с курицей<br>80/180                          | 260         | 60,16        | 24,28                | 24,42        | 38,02         | 520,8                            |
| 70           | Огурец соленый                                    | 60          | 5,74         | 0,48                 | 0,12         | 1,92          | 10,8                             |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                    | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                       | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 389          | Сок фруктовый                                     | 150         | 19,16        | 1                    | 0            | 24,4          | 101,6                            |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                             | <b>530</b>  | <b>88,66</b> | <b>30,02</b>         | <b>25,14</b> | <b>89,12</b>  | <b>754,76</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                                       |             |              |                      |              |               |                                  |
| 338          | Фрукты свежие<br>сезонные<br>(Апельсин) 1шт       | 100         | 15,01        | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                               |
| 324          | Свекла тушеная                                    | 60          | 3,34         | 1,01                 | 0,73         | 6,3           | 35,81                            |
| 82           | Борщ с капустой и<br>картофелем                   | 200         | 6,90         | 1,59                 | 3,67         | 9,9           | 79,96                            |
| 268/331      | Котлеты из<br>говядины с соусом<br>томатным 60/40 | 100         | 35,13        | 9,95                 | 12,45        | 17,32         | 186,95                           |
| 302          | Пшеничная каша<br>рассыпчатая                     | 150         | 15,03        | 7,72                 | 3,96         | 43,28         | 239,59                           |
| 342          | Компот из яблок                                   | 200         | 9,65         | 0,3                  | 0            | 27,3          | 112,1                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                    | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                       | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого обед:</b>                                | <b>870</b>  | <b>88,66</b> | <b>25,63</b>         | <b>21,61</b> | <b>136,38</b> | <b>810,97</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                                     | <b>1400</b> |              | <b>55,65</b>         | <b>46,75</b> | <b>225,5</b>  | <b>1565,73</b>                   |

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

19 декабря 2024г

| №<br>рецепта | Наименование<br>блюда                   | Масса,г     | Цена,<br>руб | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность, кКал |
|--------------|-----------------------------------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
|              |                                         |             |              | белки                | жиры         | углево-<br>ды |                                  |
|              | <b>Завтрак</b>                          |             |              |                      |              |               |                                  |
| 15           | Сыр российский порционно                | 20          | 15,01        | 4,64                 | 5,9          | 0             | 71,66                            |
| 14           | Масло сливочное «крестьянское» порциями | 10          | 7,82         | 0,08                 | 7,25         | 0,13          | 66,1                             |
| 210          | Омлет натуральный                       | 159         | 40,57        | 15,55                | 16,94        | 2,78          | 240                              |
| 338          | Яблоки свежие сезонные 1шт              | 100         | 16,50        | 0,4                  | 0            | 12,6          | 52                               |
| 1091         | Хлеб пшеничный                          | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                             | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 377          | Чай с лимоном 200/15/7                  | 222         | 5,16         | 0,2                  | 0            | 16            | 65                               |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                   | <b>571</b>  | <b>88,66</b> | <b>25,13</b>         | <b>30,69</b> | <b>56,29</b>  | <b>616,32</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                             |             |              |                      |              |               |                                  |
|              | Кондитерское изделие 1 шт               | 30          | 15,01        | 3                    | 17,5         | 26,5          | 275                              |
| 73           | Кабачковая икра                         | 60          | 7,16         | 0,00                 | 4,2          | 4,2           | 54                               |
| 101          | Суп картофельный с пшеном               | 200         | 8,25         | 1,78                 | 3,28         | 12,4          | 93,2                             |
| 229/331      | Рыба, припущенная с овощами 50/50       | 100         | 31,73        | 18,12                | 8,94         | 9,19          | 193,86                           |
| 312          | Пюре картофельное                       | 150         | 18,76        | 3,26                 | 4,24         | 20,17         | 130,97                           |
| 1091         | Хлеб пшеничный                          | 30          | 1,80         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                             | 30          | 1,80         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 378          | Чай с сахаром 200/15                    | 215         | 4,15         | 0,1                  | 0            | 15            | 60                               |
|              | <b>Итого обед:</b>                      | <b>815</b>  | <b>88,66</b> | <b>30,52</b>         | <b>38,76</b> | <b>112,24</b> | <b>928,59</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                           | <b>1386</b> |              | <b>55,65</b>         | <b>69,45</b> | <b>168,53</b> | <b>1544,91</b>                   |

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

20 декабря 2024г

| №<br>рецепта | Наименование<br>блюда                        | Масса,г     | Цена,<br>руб  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность, кКал |
|--------------|----------------------------------------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
|              |                                              |             |               | белки                | жиры         | углево-<br>ды |                                  |
|              | <b>Завтрак</b>                               |             |               |                      |              |               |                                  |
|              | Кондитерское изделие 1 шт                    | 30          | 15,01         | 3                    | 17,5         | 26,5          | 275                              |
| 338          | Фрукты свежие сезонные (Апельсин) 1шт        | 100         | 18,51         | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                               |
| 204          | Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5 | 175         | 32,95         | 9,96                 | 12,97        | 32,8          | 287,96                           |
| 328          | Какао с молоком                              | 200         | 18,59         | 3,76                 | 3,2          | 26,74         | 150,8                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30          | 1,80          | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30          | 1,80          | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                        | <b>565</b>  | <b>88,66</b>  | <b>21,78</b>         | <b>34,47</b> | <b>118,32</b> | <b>870,32</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                                  |             |               |                      |              |               |                                  |
| 338          | Яблоки свежие сезонные 1шт                   | 100         | 15,01         | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                               |
| 324          | Свекла тушеная                               | 60          | 3,44          | 1,01                 | 0,73         | 6,3           | 35,81                            |
| 102          | Суп гороховый                                | 200         | 9,07          | 4,12                 | 4            | 14,49         | 110,23                           |
| 291          | Плов с курицей 90/150                        | 240         | 53,39         | 26,37                | 29,08        | 45,72         | 547,24                           |
| 378          | Чай с сахаром 200/15                         | 215         | 4,15          | 0,1                  | 0            | 15            | 60                               |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30          | 1,80          | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30          | 1,80          | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого обед:</b>                           | <b>875</b>  | <b>88,66</b>  | <b>36,66</b>         | <b>34,61</b> | <b>113,79</b> | <b>909,84</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                                | <b>1440</b> | <b>177,32</b> | <b>58,44</b>         | <b>69,08</b> | <b>232,11</b> | <b>1780,16</b>                   |