



Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

01 октября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
223	Запеканка из творога с соусом яблочным 150/20	170	53,30	26,23	13,72	28,7	368,1
1091	Хлеб пшеничный	30	2,30	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,30	1,98	0,36	10,02	51,24
386	Йогурт в инд. упаковке	125	31,50	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	10,60	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	570	100,00	36,14	19,05	78,06	653,29
	Обед						
70	Помидор соленый	60	9,80	0,72	0,12	3,48	18
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	11,30	2,16	2,56	15,12	91,87
279/331	Тефтели из говядины 60/40	100	45,60	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	2,30	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,30	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	200	7,90	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	770	100,00	24,14	18,42	120,89	741,82
	Всего:	1340		60,28	37,47	198,95	1395,11