

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

# Меню для питания детей 1-4 классов

21 октября 2024г

| № рецепта | Наименование блюда                                       | Масса,г     | Цена, руб     | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|----------------------------------------------------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|           |                                                          |             |               | белки                | жиры         | углеводы      |                               |
|           | <b>Завтрак</b>                                           |             |               |                      |              |               |                               |
|           | Кондитерское изделие 1 шт                                | 55          | 19,80         | 3                    | 17,5         | 26,5          | 275                           |
| 224       | Запеканка из творога с морковью с яблочным соусом 150/20 | 170         | 70,60         | 12,3                 | 9,2          | 42,6          | 396,6                         |
| 377       | Чай с сахаром 200/15                                     | 215         | 5,00          | 0,1                  | 0            | 15            | 60                            |
| 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                         |
|           | <b>Итого завтрак:</b>                                    | <b>500</b>  | <b>100,00</b> | <b>19,66</b>         | <b>27,3</b>  | <b>108,88</b> | <b>853,16</b>                 |
|           | <b>Обед</b>                                              |             |               |                      |              |               |                               |
| 70        | Помидор соленый                                          | 60          | 9,80          | 0,72                 | 0,12         | 3,48          | 18                            |
| 82        | Борщ с капустой и картофелем                             | 200         | 14,15         | 1,59                 | 3,67         | 9,9           | 79,96                         |
| 294/331   | Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40      | 100         | 52,55         | 10,04                | 11,82        | 10,5          | 188,03                        |
| 309       | Макаронные изделия отварные                              | 150         | 9,80          | 5,28                 | 3,88         | 32,74         | 187,2                         |
| 349       | Компот из сухофруктов                                    | 200         | 9,10          | 0,38                 | 0            | 30,74         | 124,46                        |
| 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                         |
|           | <b>Итого обед</b>                                        | <b>770</b>  | <b>100,00</b> | <b>22,27</b>         | <b>20,09</b> | <b>112,14</b> | <b>719,21</b>                 |
|           | <b>Всего:</b>                                            | <b>1270</b> |               | <b>41,93</b>         | <b>47,39</b> | <b>221,02</b> | <b>1572,37</b>                |