



Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

22 октября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
73	Кабачковая икра	60	12,80	0,00	4,2	4,2	54
210	Омлет натуральный	159	53,90	15,55	16,94	2,78	240
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
338	Яблоки свежие сезонные	100	23,70	0,4	0	12,6	52
378	калиброванное 1шт						
	Чай с сахаром 200/15	215	5,00	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	594	100,00	20,31	21,74	59,36	527,56
	Обед						
70	Огурец соленый	60	9,50	0,48	0,12	1,92	10,8
101	Суп картофельный с пшеном	200	10,20	1,78	3,28	12,4	93,2
234/331	Котлеты из минтая с соусом томатным 60/40	100	41,80	9,48	8,28	9,24	225
312	Пюре картофельное	150	21,20	3,26	4,24	20,17	130,97
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
344	Компот из яблок	200	12,70	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	100,00	19,56	16,52	95,81	693,63
	Всего:	1364		39,87	38,26	155,17	1221,19