

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 18

Индивидуальный предприниматель

Саратовкин М.Г.

Мурзин Д.Т.

## Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

27 сентября 2024г

| №<br>рецепта | Наименование<br>блюда             | Масса,г     |              | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность, кКал |
|--------------|-----------------------------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
|              |                                   |             |              | белки                | жиры         | углево-<br>ды |                                  |
|              | <b>Завтрак</b>                    |             |              |                      |              |               |                                  |
| 294/331      | Котлеты куриные с<br>соусом 80/40 | 120         | 31,00        | 13,2                 | 15,16        | 13,25         | 241,59                           |
| 309          | Макаронные<br>изделия отварные    | 180         | 9,80         | 6,34                 | 4,66         | 39,29         | 224,64                           |
| 324          | Свекла тушеная                    | 100         | 3,50         | 1,68                 | 1,22         | 10,5          | 59,68                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                    | 30          | 1,60         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржано-<br>пшеничный          | 30          | 1,60         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
| 382          | Какао с молоком                   | 200         | 13,50        | 3,76                 | 3,2          | 26,74         | 150,8                            |
|              | <b>Итого завтрак:</b>             | <b>660</b>  | <b>61,00</b> | <b>29,24</b>         | <b>24,84</b> | <b>114,56</b> | <b>798,27</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                       |             |              |                      |              |               |                                  |
| 70           | Помидор соленый                   | 100         | 3,20         | 1,2                  | 0,2          | 5,8           | 30                               |
| 88           | Щи из свежей<br>капусты           | 250         | 8,20         | 1,81                 | 4,24         | 8,53          | 82,6                             |
| 279/332      | Тефтели из<br>говядины 80/40      | 120         | 30,06        | 10,75                | 12,63        | 13,05         | 204,01                           |
| 302          | Пшеничная каша<br>рассыпчатая     | 180         | 10,32        | 9,26                 | 4,75         | 51,94         | 287,51                           |
| 349          | Компот из<br>сухофруктов          | 200         | 6,02         | 0,38                 | 0            | 30,74         | 124,46                           |
| 1091         | Хлеб пшеничный                    | 30          | 1,60         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржано-<br>пшеничный          | 30          | 1,60         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого обед</b>                 | <b>910</b>  | <b>61,00</b> | <b>27,66</b>         | <b>22,42</b> | <b>134,84</b> | <b>850,14</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                     | <b>1570</b> |              | <b>56,90</b>         | <b>47,26</b> | <b>249,40</b> | <b>1648,41</b>                   |