

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Сарафовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

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

18 октября 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>                                     |             |              |                      |              |               |                                  |
| 338          | Фрукты свежие<br>сезонные<br>(Мандарин) 1шт        | 100         | 18,00        | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                               |
| 204          | Макаронные<br>изделия отварные с<br>сыром 180/20/5 | 205         | 23,79        | 11,02                | 13,75        | 39,35         | 325,4                            |
| 328          | Какао с молоком                                    | 200         | 16,01        | 3,76                 | 3,2          | 26,74         | 150,8                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                     | 30          | 1,60         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                        | 30          | 1,60         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                              | <b>565</b>  | <b>61,00</b> | <b>19,84</b>         | <b>17,75</b> | <b>98,37</b>  | <b>632,76</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                                        |             |              |                      |              |               |                                  |
| 324          | Свекла тушеная                                     | 100         | 2,91         | 1,68                 | 1,22         | 10,5          | 59,68                            |
| 102          | Суп гороховый                                      | 250         | 5,11         | 5,15                 | 5            | 18,13         | 137,79                           |
| 291          | Плов с курицей<br>100/180                          | 280         | 46,78        | 29,2                 | 33,8         | 47,8          | 612                              |
| 378          | Чай с сахаром<br>200/15                            | 215         | 3,00         | 0,1                  | 0            | 15            | 60                               |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                     | 30          | 1,60         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржаной                                        | 30          | 1,60         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого обед:</b>                                 | <b>905</b>  | <b>61,00</b> | <b>40,39</b>         | <b>40,62</b> | <b>116,21</b> | <b>991,03</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                                      | <b>1470</b> |              | <b>60,23</b>         | <b>58,37</b> | <b>214,58</b> | <b>1623,79</b>                   |