

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 18



Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

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

10 декабря 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>                                 |             |              |                      |              |               |                                  |
| 73           | Кабачковая икра                                | 30          | 5,64         | 0                    | 7            | 7             | 90                               |
| 210          | Омлет натуральный<br>159                       | 159         | 33,16        | 15,55                | 16,94        | 2,78          | 240                              |
| 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                            |
| 338          | Яблоки свежие<br>сезонные<br>калиброванное 1шт | 100         | 16,00        | 0,4                  | 0            | 12,6          | 52                               |
| 378          | Чай с сахаром 200/15                           | 215         | 3,00         | 0,1                  | 0            | 15            | 60                               |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                          | <b>564</b>  | <b>61,00</b> | <b>20,31</b>         | <b>24,54</b> | <b>62,16</b>  | <b>563,56</b>                    |
|              | <b>Обед</b>                                    |             |              |                      |              |               |                                  |
| 70           | Огурец соленый                                 | 100         | 4,00         | 0,8                  | 0,2          | 3,2           | 18                               |
| 101          | Суп картофельный с<br>пшеном                   | 250         | 5,50         | 2,23                 | 4,1          | 15,5          | 116,5                            |
| 234/331      | Котлеты из минтая с<br>соусом 80/40            | 120         | 28,30        | 12,45                | 10,44        | 11,57         | 290,88                           |
| 312          | Пюре картофельное                              | 180         | 12,00        | 3,91                 | 5,1          | 24,2          | 157,16                           |
| 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                            |
| 344          | Компот из яблок                                | 200         | 8,00         | 0,3                  | 0            | 27,3          | 112,1                            |
|              | <b>Итого обед:</b>                             | <b>910</b>  | <b>61,00</b> | <b>23,95</b>         | <b>20,44</b> | <b>106,55</b> | <b>816,2</b>                     |
|              | <b>Всего:</b>                                  | <b>1474</b> |              | <b>44,26</b>         | <b>44,98</b> | <b>168,71</b> | <b>1379,76</b>                   |