

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 18

Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

13 февраля 2025г

| №<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>                                      |             |              |                      |             |               |                                  |
| 181          | Каша жидкая<br>молочная из манной<br>крупы с маслом | 210         | 31,67        | 6,1                  | 11,3        | 33,5          | 260                              |
| 3            | Бутерброд с сыром и<br>маслом сливочным<br>30/15/5  | 50          | 25,40        | 5,9                  | 8,5         | 14,2          | 157                              |
| 338          | Яблоки свежие<br>сезонные 1шт                       | 100         | 15,50        | 0,4                  | 0           | 12,6          | 52                               |
| 377          | Чай с сахаром 200/15                                | 215         | 4,15         | 0,1                  | 0           | 15            | 60                               |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                               | <b>575</b>  | <b>76,72</b> | <b>12,5</b>          | <b>19,8</b> | <b>75,3</b>   | <b>529</b>                       |
|              | <b>Обед</b>                                         |             |              |                      |             |               |                                  |
| 70           | Огурец соленый                                      | 60          | 7,80         | 0,48                 | 0,12        | 1,92          | 10,8                             |
| 112          | Суп гороховый                                       | 200         | 10,20        | 4,12                 | 4           | 14,49         | 110,23                           |
| 290          | Курица, тушенная в<br>соусе 50/50                   | 100         | 37,40        | 13,5                 | 17,1        | 3,8           | 223                              |
| 309          | Макаронные изделия<br>отварные                      | 150         | 8,60         | 5,28                 | 3,88        | 32,74         | 187,2                            |
| 344          | Компот из яблок                                     | 200         | 8,72         | 0,3                  | 0           | 27,3          | 112,1                            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                      | 30          | 2,00         | 2,28                 | 0,24        | 14,76         | 70,32                            |
| 1091         | Хлеб ржано-<br>пшеничный                            | 30          | 2,00         | 1,98                 | 0,36        | 10,02         | 51,24                            |
|              | <b>Итого обед:</b>                                  | <b>770</b>  | <b>76,72</b> | <b>27,94</b>         | <b>25,7</b> | <b>105,03</b> | <b>764,89</b>                    |
|              | <b>Всего:</b>                                       | <b>1345</b> |              | <b>40,44</b>         | <b>45,5</b> | <b>180,33</b> | <b>1293,89</b>                   |