

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 18



Саратовкин М.Г.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

20 марта 2025г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	7,82	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	159	44,28	15,55	16,94	2,78	240
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	100	15,42	0,4	0	12,6	52
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	5,20	0,2	0	16	65
	Итого завтрак:	551	76,72	20,49	24,79	56,29	544,66
	Обед						
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,25	1,78	3,28	12,4	93,2
229	Рыба, припущенная с овощами 60/50	110	35,82	232,63	21,70	10,70	11,03
312	Пюре картофельное	150	16,70	3,26	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого обед:	795	76,72	242,51	29,94	84,97	427,56
	Всего:	1346		263	54,73	141,26	972,22