

Согласовано:
 Директор ООО "Школьник"
 Д.В.Оськин

Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № 18
 Я.В. Куприна

МЕНЮ
 на 31 января 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Омлет	165	16,56	27,6	3,06	327,0	П, 305
	Чай с лимоном	200	0,26	0,05	15,22	59,0	П, 494
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П, 109
	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	П, 111
	Масло сливочное	10	0,15	10,8	0,15	99,0	5.1.5
	Кондитерское изделия	1 шт	1,3	4,8	19,5	126,0	11.1.1.1
	ИТОГО		21,1	44,1	54,9	698,2	
	ЦЕНА, руб						97,44
Обед 1	Винегрет овощной	60	0,8	8,3	5,2	100,3	М,71
	Щи из свежей капусты с картофелем сметана 15% жирности	250	1,8	5	7,8	83,0	П, 142
	Курица отварная	25	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Рыба, тушеная в томате с овощами	25	3,8	2,8	0,1	60,8	М487
	Пюре картофельное	140	13,25	7,2	6,3	143,0	П, 343
	Компот из смеси сухофруктов	150	3,2	8,3	21,8	165,0	М, 520
	Хлеб пшеничный	200	0,6	0	31,4	124,0	М, 639
	Хлеб ржаной	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П, 108
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П, 109
	ИТОГО		26,6	33,5	89,5	773,9	
ЦЕНА, руб						97,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			47,6	77,5	144,4	1472,1	
5-11 класс							
Завтрак 2	Омлет	75	7,5	12,5	1,4	148,6	П, 305
	Каша гречневая вязкая с молоком	200	9,1	12,9	32,6	333,0	П,248
	Чай с лимоном	200	0,26	0,05	15,22	59,0	П, 494
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П, 109
	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	П, 111
	ИТОГО		19,7	26,2	66,2	627,8	
	ЦЕНА, руб						60,00
Обед 2	Винегрет овощной	80	1,0	8,6	5,4	104,0	М,71
	Щи из свежей капусты с картофелем сметана 15% жирности	250	1,8	5	7,8	83,0	П, 142
	Рыба, тушеная в томате с овощами	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Пюре картофельное	140	13,25	7,2	6,3	143,0	П, 343
	Компот из смеси сухофруктов	150	3,2	8,3	21,8	165,0	М, 520
	Хлеб пшеничный	200	0,6	0	31,4	124,0	М, 639
	Хлеб ржаной	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П, 108
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П, 109
	ИТОГО		23,0	31,0	89,6	716,8	
ЦЕНА, руб						85,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			42,7	57,2	155,8	1344,6	

Бухгалтер



Согласовано:
Директор ООО "Школьник"
Д.В.Оськин

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 18
Я.В. Куприна

МЕНЮ
на 31 января 2024 года

	Наименование блюда	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	№ рец.	Цена
<i>Свободное меню</i>					
1	Винегрет овощной	100	130,0	М.71	12,23
2	Салат из свеклы	100	96,0	П.50	7,14
3	Салат из квашеной капусты	100	54,4	М.45	18,05
4	Щи из свежей капусты с картофелем с курицей и сметаной	250	135,5	П, 142	21,54
5	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	153,2	П. 343	34,62
6	Пюре картофельное	180	220,0	М.520	15,67
7	Макаронь отварные	180	174,0	М.291	12,51
8	Котлеты припущенные из кур	100	188,6	П.412	55,30
9	Гуляш из индейки	100	247,5	П367	53,53
10	Рис отварной	180	245,5	П.414	16,33
11	Картофель жареный	200	220,0	М522	23,75
12	Компот из смеси сухофруктов	200	124,0	М, 639	6,38
13	Хлеб ржаной	20	34,8	П. 109	1,68
14	Хлеб пшеничный	20	47,0	П. 108	2,47
15	Пирожок с мясом	75	177,9	П.543	26,40
16	Ватрушка мясная	100	203,0	М.736, 748	41,50
17	Ватрушка с творожным фаршем	60	118,0	П.541	17,20
18	Пирожок с картошкой	75	177,9	П.543	17,40
19	Пирожок с капустой	75	157,9	П.543	15,00
20	Плюшка московская	100	295,0	М.766	10,70
21	Пирожок печеный со сгущ. молоком	75	190,0	М.738	15,15
22	Пирожок печеный с джемом	75	190,0	М.738	15,15
23	Кондитерское изделие Барни	1 шт	113,0	11.1.1.1	29,57
24	Кондитерское изделие Чокопай	1 шт	143,3	11.1.1.1	16,10
25	Чай с лимоном	200	61,0	П.494	4,21
26	Вода питьевая 0,5	1 шт	0,0	11.1.1.15	19,00
27	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2	1 шт	92,0	11.1.1.16	24,65

Диетические блюда

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал	№ рец.	Цена
			Б	Ж	У			
1	Грудка куриная отварная	50	11,8	8,2	0,2	121,4	М487	43,72
2	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	П.300	17,84
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	9,4	44,5	303,7	П, 237	13,30

Бухгалтер