

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

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

МЕНЮ
на 14 февраля 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерг. 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 | 250 | 1,8 | 5 | 7,8 | 83,0 | П, 142 |
| | сметана 15% жирности | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16,0 | 1.4.2.1. |
| | Курица отварная | 25 | 3,8 | 2,8 | 0,1 | 60,8 | М487 |
| | Рыба, тушеная в томате с овощами | 140 | 13,25 | 7,2 | 6,3 | 143,0 | П, 343 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 165,0 | М, 520 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124,0 | М, 639 |
| | Хлеб пшеничный | 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 | 250 | 1,8 | 5 | 7,8 | 83,0 | П, 142 |
| | сметана 15% жирности | 10 | 0,3 | 1,5 | 0,4 | 16,0 | 1.4.2.1. |
| | Рыба, тушеная в томате с овощами | 140 | 13,25 | 7,2 | 6,3 | 143,0 | П, 343 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 165,0 | М, 520 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | 124,0 | М, 639 |
| | Хлеб пшеничный | 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



МЕНЮ
 на 14 февраля 2024 года

| | Наименование блюда | Масса порции | Энерг.ценн-ость, ккал | № рец. | Цена |
|-----------------------|--|--------------|-----------------------|------------|-------|
| Свободное меню | | | | | |
| 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, тушеная в томате с овощами | 150 | 153,2 | П. 343 | 34,62 |
| 6 | Пюре картофельное | 180 | 220,0 | М.520 | 15,67 |
| 7 | Макароны 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.ценн-ость, 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

