

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



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



МЕНЮ
 на 13 марта 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг.ценн-ость, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Омлет	165	16,5	27,5	3,1	326,9	П. 305
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М. 639
	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
	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2	1 шт	1	0,2	20,2	92	11.1.1.16
	ИТОГО		20,9	28,5	71,7	630,1	
	ЦЕНА, руб						82,33
Обед 1	Салат "Степной" из разных овощей	60	0,8	2,2	4,3	40,8	М.25,61
	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	15	2,3	1,7	0,07	36,5	М487
	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,55	4,6	4,1	91,9	П. 374
	Пюре картофельное	150	3,2	8,3	21,8	165,0	М, 520
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П. 493
	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		19,9	23,7	70,0	575,0	
ЦЕНА, руб						82,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			40,8	52,2	141,7	1205,1	
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
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124,0	М. 639
	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		20,0	26,2	82,4	692,8	
	ЦЕНА, руб						50,70
Обед 2	Салат "Степной" из разных овощей	60	0,8	2,2	4,3	40,8	М.25,61
	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, тушенная в томате с овощами	90	8,55	4,6	4,1	91,9	П. 374
	Пюре картофельное	150	3,2	8,3	21,8	165,0	М, 520
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П. 493
	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		17,6	22,0	69,9	538,5	
ЦЕНА, руб						71,82	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			37,6	48,1	152,3	1231,3	

Бухгалтер

Согласовано:

Директор ООО "Школьник"

Д.В.Оськин

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 18

Я.В. Куприна

МЕНЮ
на 13 марта 2024 года

	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рец.	Цена
<i>Свободное меню</i>					
1	Салат "Степной" из разных овощей	100	68,0	М.25, 61	15,00
2	Салат из свежих овощей	100	136,0	П.19	45,00
3	Салат из квашеной капусты	100	64,0	М.45	20,00
4	Щи из свежей капусты с картофелем с курицей и сметаной	250	135,5	П, 142	25,00
5	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	91,9	П. 374	40,00
6	Пюре картофельное	150	165,0	М.520	15,00
7	Пельмени	150	240,8	МТ392	50,00
8	Макароны отварные	150	145,0	М.291	15,00
9	Каша гречневая рассыпчатая	150	253,1	П, 237	15,00
10	Котлеты паровые из кур	90	203,1	П.412	35,00
11	Гуляш из индейки	100	247,5	П367	50,00
12	Рис отварной	15	204,6	П.414	15,00
13	Картофель жареный	200	220,0	М522	25,00
14	Филе куриное жареное	100	161,8	М.494	55,00
15	Соус красный основной	50	13,2	М.582, 587	5,00
16	Чай с лимоном	200	61,0	П.494	5,00
17	Компот из смеси сухофруктов	200	124,0	М, 639	10,00
18	Хлеб ржаной	20	34,8	П. 109	2,00
19	Хлеб пшеничный	20	47,0	П. 108	2,50
20	Блинчик со сгущенным молоком	150/20	415,3	МТ 399.1	50,00
21	Булочка домашняя	100	385,2	МТ 424	15,00
22	Пирожок с мясом	75	177,9	П.543	25,00
23	Ватрушка мясная	100	203,0	М.736, 748	45,00
24	Ватрушка с творожным фаршем	60	118,0	П.541	25,00
25	Ватрушка с сыром	75	213,8		35,00
26	Пирожок с картошкой	75	177,9	П.543	15,00
27	Пирожок с капустой	75	157,9	П.543	15,00
28	Плюшка московская	100	295,0	М.766	20,00
29	Пирожок печеный со сгущ. молоком	75	190,0	М.738	20,00
30	Пирожок печеный с джемом	75	190,0	М.738	20,00
31	Кондитерское изделие Барни	1 шт	113,0	11.1.1.1	30,00
32	Кондитерское изделие Чокопай	1 шт	143,3	11.1.1.1	16,10
33	Вода питьевая 0,5	1 шт	0,0	11.1.1.15	19,00
34	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2	1 шт	92,0	11.1.1.16	30

Диетические блюда

	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рец.	Цена
			Б	Ж	У			
1	Грудка куриная отварная	50	11,8	8,2	0,2	121,4	М487	43,00
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	7,8	37,1	253,1	П, 237	15,00
3	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	П.300	17,84

Бухгалтер

