



МЕНЮ
на 10 апреля 2024 года

1	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг.цен ность, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1-4 класс							
Завтрак 1	Запеканка из творога	100	24,0	25,2	23,9	425,0	П. 313
	Молоко сгущеное	10	0,7	0,9	5,6	32,8	П. 481
	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	150	6,5	10,6	23,6	215,6	П, 305
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П, 493
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Бутерброд с джемом	20/5/35	1,2	12,5	7,5	147,0	П.95
	ИТОГО			33,8	49,4	82,3	915,2
	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.
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,5	5,1	4,5	102,1	П. 374
	Рис отварной	150	3,7	6,1	33,8	204,6	П.414
	Напиток лимонный	200	0,1	0	25,2	96,0	М,699
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
	ИТОГО			19,0	26,4	93,4	683,8
	ЦЕНА, руб						97,44
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		52,8	75,8	175,7	1599,0	
5-11 класс							
Завтрак 2	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	8,7	14,1	31,5	287,5	П, 305
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,0	П, 493
	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			11,6	14,9	63,5	434,7
	ЦЕНА, руб						60,00
Обед 2	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.
	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,5	5,1	4,5	102,1	П. 374
	Рис отварной	150	3,7	6,1	33,8	204,6	П.414
	Напиток лимонный	200	0,1	0	25,2	96,0	М,699
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108
ИТОГО			19,0	26,4	93,4	683,8	
	ЦЕНА, руб						85,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		30,6	41,3	156,9	1118,5	

Бухгалтер

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

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

МЕНЮ
 на 10 апреля 2024 года

	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рец.	Цена
<i>Свободное меню</i>					
1	Винегрет овощной	100	130,0	М.71	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	Пельмени	150	240,8	МТ392	50,00
7	Макароны отварные	150	145,0	М.291	15,00
8	Каша гречневая рассыпчатая	150	253,1	П. 237	15,00
9	Котлеты паровые из кур	90	203,1	П.412	35,00
10	Гуляш из индейки	100	247,5	П367	50,00
11	Рис отварной	15	204,6	П.414	15,00
12	Картофель жареный	200	220,0	М522	25,00
13	Филе куриное жареное	100	161,8	М.494	55,00
14	Соус красный основной	50	13,2	М.582, 587	5,00
15	Чай с лимоном	200	61,0	П.494	5,00
16	Компот из смеси сухофруктов	200	124,0	М, 639	10,00
17	Хлеб ржаной	20	34,8	П. 109	2,00
18	Хлеб пшеничный	20	47,0	П. 108	2,50
19	Блинчик со сгущенным молоком	150/20	415,3	МТ 399,1	50,00
20	Булочка домашняя	100	385,2	МТ 424	15,00
21	Пирожок с мясом	75	177,9	П.543	25,00
22	Ватрушка мясная	100	203,0	М.736, 748	45,00
23	Ватрушка с творожным фаршем	60	118,0	П.541	25,00
24	Ватрушка с сыром	75	213,8		35,00
25	Пирожок с картошкой	75	177,9	П.543	15,00
26	Пирожок с капустой	75	157,9	П.543	15,00
27	Плюшка московская	100	295,0	М.766	20,00
28	Пирожок печеный со сгущ. молоком	75	190,0	М.738	20,00
29	Пирожок печеный с джемом	75	190,0	М.738	20,00
30	Кондитерское изделие Барни	1 шт	113,0	11.1.1.1	30,00
31	Кондитерское изделие Чокопай	1 шт	143,3	11.1.1.1	16,10
32	Вода питьевая 0,5	1 шт	0,0	11.1.1.15	19,00
33	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

