

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

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

МЕНЮ
на 13 сентября 2023 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (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 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 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,15 | 10,8 | 0,15 | 99,0 | 5.1.5 |
| | Фрукт сезонного значения | 1 шт | 0,4 | 0,74 | 9,8 | 47,0 | 9.1.4.7 |
| | ИТОГО | | | 19,6 | 39,2 | 35,2 | 573,2 |
| ЦЕНА, руб | | | | | | | 77,29 |
| Обед 1 | Винегрет овощной | 70 | 0,9 | 9,7 | 6,1 | 117,0 | 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. |
| | Курица отварная | 15 | 2,3 | 1,7 | 0,07 | 36,5 | М487 |
| | Рыба, тушенная 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 | | | 25,2 | 33,8 | 90,4 | 766,3 | |
| ЦЕНА, руб | | | | | | | 77,29 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 44,8 | 73,0 | 125,6 | 1339,5 | |
| 5-11 класс | | | | | | | |
| Завтрак 2 | Омлет | 200 | 17,3 | 26,6 | 4,5 | 325,5 | 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 |
| | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | 5.1.5 |
| | ИТОГО | | | 20,3 | 34,6 | 36,6 | 538,7 |
| ЦЕНА, руб | | | | | | | 52,17 |
| Обед 2 | Винегрет овощной | 100 | 1,3 | 10,8 | 6,8 | 130,0 | 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, тушенная в томате с овощами | 140 | 13,25 | 7,2 | 6,3 | 143,0 | П, 343 |
| | Пюре картофельное | 180 | 4,2 | 11,1 | 29,1 | 220,0 | 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 | | | 24,3 | 36,0 | 98,3 | 797,8 | |
| ЦЕНА, руб | | | | | | | 73,92 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | | | 44,6 | 70,5 | 134,9 | 1336,5 | |

Бухгалтер



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

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

МЕНЮ
 на 13 сентября 2023 года

| | Наименование блюда | Масса порции | Энергетическая ценность, ккал | № рец. | Цена |
|-----------------------|--|--------------|-------------------------------|------------|-------|
| Свободное меню | | | | | |
| 1 | Винегрет овощной | 100 | 130,0 | М.71 | 12,23 |
| 2 | Салат из свеклы | 100 | 96,0 | П.50 | 9,03 |
| 3 | Салат из квашеной капусты | 100 | 54,4 | М.45 | 20,78 |
| 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 | Макароны отварные | 180 | 174,0 | М.291 | 12,51 |
| 8 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 124,0 | М. 639 | 6,38 |
| 9 | Хлеб ржаной | 20 | 34,8 | П. 109 | 1,68 |
| 10 | Хлеб пшеничный | 20 | 47,0 | П. 108 | 2,47 |
| 11 | Пирожок с мясом | 75 | 177,9 | П.543 | 26,40 |
| 12 | Ватрушка мясная | 100 | 203,0 | М.736, 748 | 41,50 |
| 13 | Ватрушка с творожным фаршем | 60 | 118,0 | П.541 | 14,80 |
| 14 | Пирожок с картошкой | 75 | 177,9 | П.543 | 17,40 |
| 15 | Пирожок с капустой | 75 | 157,9 | П.543 | 12,20 |
| 16 | Плюшка московская | 100 | 295,0 | М.766 | 10,20 |
| 17 | Пирожок печеный со сгущ. молоком | 75 | 190,0 | М.738 | 15,15 |
| 18 | Пирожок печеный с джемом | 75 | 190,0 | М.738 | 15,15 |
| 19 | Кондитерское изделие Барни | 1 шт | 113,0 | 11.1.1.1 | 29,57 |
| 20 | Кондитерское изделие Чокопай | 1 шт | 143,3 | 11.1.1.1 | 16,10 |
| 21 | Чай с лимоном | 200 | 61,0 | П.494 | 4,21 |
| 22 | Вода питьевая 0,5 | 1 шт | 0,0 | 11.1.1.15 | 17,00 |
| 23 | 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) | | | Энергетическая 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 | 9,14 |

Бухгалтер
