



МЕНЮ
на 19 сентября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг.цен ность, ккал	№ рец.	
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
1-4 класс								
Завтрак 1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,4	8,5	22,9	197,0	П.165	
	Яйцо вареное	1 шт	5,1	4,6	0,3	62,8	П.300	
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	4,9	5,0	32,7	195,7	П. 497	
	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			20,7	30,5	82,8	688,7	
	ЦЕНА, руб							88,88
Обед 1	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,6	6,1	2,1	66,0	М.19	
	Суп картофельный с макаронными изд.	250	2,7	2,8	18,8	111,3	П, 147	
	Курица отварная	15	2,3	1,7	0,07	36,5	М487	
	Голубцы ленивые	100	9,4	9,2	4,4	138,9	П, 372	
	Рис отварной	150	3,7	6,1	33,8	204,6	П.414	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,2	0,0	31,6	106,0	М, 638	
	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			22,7	26,3	107,3	745,1	
ЦЕНА, руб							88,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			43,4	56,8	190,1	1433,8		
5-11 класс								
Завтрак 2	Суп молочный с макаронными изделиями	250	9,2	10,6	28,6	246,2	П.165	
	Яйцо вареное	1 шт	5,1	4,6	0,3	62,8	П.300	
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	4,9	5,0	32,7	195,7	П. 497	
	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	
	ИТОГО			22,1	31,9	78,7	690,9	
ЦЕНА, руб							60,00	
Обед 2	Салат из свежих помидоров с луком	100	1,0	10,2	3,5	110,0	М.19	
	Суп картофельный с макаронными изд.	250	2,7	2,8	18,8	111,3	П, 147	
	Голубцы ленивые	100	9,4	9,2	4,4	138,9	П, 372	
	Рис отварной	180	4,4	7,3	40,6	245,5	П.414	
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,2	0,0	31,6	106,0	М, 638	
	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			21,5	29,9	115,4	793,5		
ЦЕНА, руб							85,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			43,6	61,8	194,1	1484,4		

Бухгалтер

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

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

МЕНЮ
 на 19 сентября 2023 года

	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рец.	Цена
Свободное меню					
1	Салат "Степной"	100	68,0	М.25.61	11,12
2	Салат из моркови с яблоком	100	124,0	П.9	13,50
3	Салат из квашеной капусты	100	54,4	М.45	20,78
4	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250	147,8	П.147	16,29
5	Голубцы ленивые	90	125,0	П.372	42,35
6	Рис отварной	180	245,5	П.414	14,32
7	Макаронны отварные	180	174,0	М.291	12,51
8	Компот из смеси сухофруктов	200	106,0	М. 638	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	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,9	7,1	26,9	212,7	П.267	13,56
2	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	П.300	9,14

Бухгалтер