

Согласовано:

Директор ООО "Школьник"

Д.В. Юськин

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 18

Я.В. Куприна



МЕНЮ
на 03 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп.
			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						77,29	
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						77,29	
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						52,17
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						73,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			43,6	61,8	194,1	1484,4	

Бухгалтер

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

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

МЕНЮ

на 03 октября 2023 года

	Наименование блюда	Масса порции	Энерг.ценн ость, ккал	№ рец.	Цена
Свободное меню					
1	Салат из свежих помидоров с луком	100	110,0	М.19	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	Салат из огурцов и помидоров	100	197,0	П.19	18,58
5	Салат из свежих помидоров с луком	100	110,0	М.19	11,12
6	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250	147,8	П.147	16,29
7	Голубцы ленивые	90	125,0	П.372	42,35
8	Котлеты припущенные из кур	100	188,6	П.412	58,00
9	Гуляш из индейки	100	247,5	П367	53,53
10	Картофель жареный	200	220,0	М522	23,75
11	Рис отварной	180	245,5	П.414	14,32
12	Макароны отварные	180	174,0	М.291	12,51
13	Компот из смеси сухофруктов	200	106,0	М, 638	6,38
14	Хлеб ржаной	20	34,8	П. 109	1,68
15	Хлеб пшеничный	20	47,0	П. 108	2,47
16	Пирожок с мясом	75	177,9	П.543	26,40
17	Ватрушка мясная	100	203,0	М.736, 748	41,50
18	Ватрушка с творожным фаршем	60	118,0	П.541	14,80
19	Пирожок с картошкой	75	177,9	П.543	17,40
20	Пирожок с капустой	75	157,9	П.543	12,20
21	Плюшка московская	100	295,0	М.766	10,20
22	Пирожок печеный со сгущ. молоком	75	190,0	М.738	15,15
23	Пирожок печеный с джемом	75	190,0	М.738	15,15
24	Кондитерское изделие Барни	1 шт	113,0	11.1.1.1	29,57
25	Кондитерское изделие Чокопай	1 шт	143,3	11.1.1.1	16,10
26	Чай с лимоном	200	61,0	П.494	4,21
27	Вода питьевая 0,5	1 шт	0,0	11.1.1.15	17,00
28	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.цен ность, 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
3	Грудка куриная отварная	50	11,8	8,2	0,2	121,4	М487	43,72
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	9,4	44,5	303,7	П, 237	12,50

Бухгалтер