



**МЕНЮ**  
на 06 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые ве-щ-ва (г)			Энерг.цен ность, ккал	№ рец.	
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
<b>1-4 класс</b>								
Завтрак 1	Каша рисовая молочная жидкая	160	3,9	9,5	22,5	204,8	П, 268	
	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	16,7	10	197,0	М.1	
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	5,0	4,4	31,7	186,0	П. 497	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109	
	Фрукт сезонного значения	1 шт	0,4	0,74	9,8	47,0	9.1.4.7	
	Кондитерское изделие	1 шт	0,6	4,0	9,9	78,4	11.1.1.2	
	<b>ИТОГО</b>			<b>12,8</b>	<b>35,6</b>	<b>90,6</b>	<b>748,0</b>	
	<b>ЦЕНА, руб</b>						<b>77,29</b>	
Обед 1	Салат из свеклы с яблоками	60	1,7	3,2	6,8	59,4	П, 60	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	5	7,8	83,0	П, 142	
	Рассольник ленинградский	250	2,1	5,3	16,3	121,3	П.134	
	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	
	Тефтели с рисом ("ёжики")	100/50	14,9	23,9	17,8	344,2	П.390,436	
	Гороховое пюре	150	14,6	4,5	29,1	215,3	П.418	
	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	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108	
	<b>ИТОГО</b>			<b>40,6</b>	<b>45,5</b>	<b>109,7</b>	<b>1017,5</b>	
	<b>ЦЕНА, руб</b>						<b>77,29</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>53,4</b>	<b>81,0</b>	<b>200,3</b>	<b>1765,5</b>		
<b>5-11 класс</b>								
Завтрак 2	Каша рисовая молочная жидкая	200	4,9	11,9	28,1	256,0	П, 268	
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	5,0	4,4	31,7	186,0	П. 497	
	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,0	5.1.5	
	Сыр порционный	10	3,5	4,4	0,0	54,6	П. 100	
	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,4	П. 111	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П. 109	
	<b>ИТОГО</b>			<b>16,3</b>	<b>28,8</b>	<b>76,9</b>	<b>649,8</b>	
	<b>ЦЕНА, руб</b>						<b>52,17</b>	
Обед 2	Салат из свеклы с яблоками	100	1,2	5,4	11,3	99,0	П, 60	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	5	7,8	83,0	П, 142	
	Рассольник ленинградский	250	2,1	5,3	16,3	121,3	П.134	
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.	
	Тефтели с рисом ("ёжики")	100/50	14,9	23,9	17,8	344,2	П.390,436	
	Гороховое пюре	180	17,5	5,4	34,9	258,3	П.418	
	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	
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	П. 108	
	<b>ИТОГО</b>			<b>40,7</b>	<b>46,9</b>	<b>120,0</b>	<b>1063,6</b>	
		<b>ЦЕНА, руб</b>						<b>73,92</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>56,9</b>	<b>75,6</b>	<b>196,8</b>	<b>1713,4</b>		

Бухгалтер



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

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

**МЕНЮ**  
 на 06 октября 2023 года

№	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал	№ рец.	Цена
<b>Свободное меню</b>					
1	Салат из свеклы с яблоком	100	99,0	П.60	11,62
2	Салат из белокачанной капусты	100	95,2	М.43	7,31
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	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	250	298,3	П, 134	20,87
7	Тефтели паровые с рисом ("ёжики")	100/50	344,2	П.390,436	46,72
8	Котлеты припущенные из кур	100	188,6	П.412	58,00
9	Гуляш из индейки	100	247,5	П367	53,53
10	Рис отварной	180	245,5	П.414	14,32
11	Картофель жареный	200	220,0	М522	23,75
12	Гороховое пюре	180	258,3	П.418	9,23
13	Макароны отварные	180	174,0	М.291	12,51
14	Чай с сахаром	200	60,0	П, 493	2
15	Хлеб ржаной	20	34,8	П. 109	1,68
16	Хлеб пшеничный	20	47,0	П. 108	2,47
17	Пирожок с мясом	75	177,9	П.543	26,40
18	Ватрушка мясная	100	203,0	М.736, 748	41,50
19	Ватрушка с творожным фаршем	60	118,0	П.541	14,80
20	Пирожок с картошкой	75	177,9	П.543	17,40
21	Пирожок с капустой	75	157,9	П.543	12,20
22	Плюшка московская	100	295,0	М.766	10,20
23	Пирожок печеный со сгущ. молоком	75	190,0	М.738	15,15
24	Пирожок печеный с джемом	75	190,0	М.738	15,15
25	Пицца школьная	100	236,0	М.736	27,50
26	Кондитерское изделие Барни	1 шт	113,0	11.1.1.1	29,57
27	Кондитерское изделие Чокопай	1 шт	143,3	11.1.1.1	16,10
28	Чай с лимоном	200	61,0	П.494	4,21
29	Вода питьевая 0,5	1 шт	0,0	11.1.1.15	17,00
30	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	Грудка куриная отварная	50	11,8	8,2	0,2	121,4	М487	43,72
3	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	П.300	9,14
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	9,4	44,5	303,7	П, 237	12,50

Бухгалтер