

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



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



МЕНЮ
 на 12 октября 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность, ккал	№ рец.
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
1-4 класс							
Завтрак 1	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,7	8,9	21,1	192,0	П, 268
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	4,9	5,0	32,7	195,7	П, 497
	Бутерброд с сыром	20/15/5	4,7	7,9	7,3	123,0	М, 3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П, 109
	Сок фруктовый в инд.пром.упак.0,2	1 шт	1	0,2	20,2	92	11.1.1.16
	Кондитерское изделие	1 шт	0,6	4,0	9,9	78,4	11.1.1.2
	ИТОГО			16,2	26,2	97,9	715,9
	ЦЕНА, руб						77,29
Обед 1	Салат из белокачанной капусты	60	1,3	6,1	5,6	81,6	П, 1
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,0	10,7	95,0	П, 128
	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
	Голубцы ленивые	90	8,5	8,3	4,0	125,0	П, 372
	Макаронные изделия отварные	150	5,7	0,7	29	144,9	П, 291
	Напиток апельсиновый	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			22,8	23,7	91,4	676,8
	ЦЕНА, руб						77,29
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		39,0	49,9	189,4	1392,7	
5-11 класс							
Завтрак 2	Каша рисовая молочная жидкая	200	4,9	11,9	28,1	256,0	П, 268
	Какао с молоком (2-й вариант)	200	4,9	5,0	32,7	195,7	П, 497
	Бутерброд с сыром	20/15/5	4,7	7,9	7,3	123,0	М, 3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	П, 109
	ИТОГО			15,8	25,0	74,8	609,5
	ЦЕНА, руб						52,17
Обед 2	Салат из белокачанной капусты	100	2,1	10,1	9,3	136,1	П, 1
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,0	10,7	95,0	П, 128
	сметана 15% жирности	10	0,3	1,5	0,4	16,0	1.4.2.1.
	Голубцы ленивые	90	8,5	8,3	4,0	125,0	П, 372
	Макаронные изделия отварные	180	6,8	0,8	34,8	173,9	П, 291
	Напиток апельсиновый	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			22,4	26,1	100,9	723,8
	ЦЕНА, руб						73,92
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		38,2	51,1	175,7	1333,3	

Бухгалтер

268
 497
 3
 109
 16
 128
 1.4.2.1.
 372
 291
 699
 109
 108
 268
 497
 3
 109
 16
 128
 372
 291
 699
 109
 108
 52,17
 73,92
 1333,3

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


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

МЕНЮ
 на 12 октября 2023 года

	Наименование блюда	Масса порции	Энерг. ценность, ккал	№ рец.	Цена
Свободное меню					
1	Винегрет овощной	100	130,0	М.71	12,23
2	Салат из свежей капусты	100	136,0	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	Борщ со сметаной и курицей	25/250	147,5	П.128	23,35
7	Голубцы ленивые	100	125,0	П.372	42,33
8	Макароны отварные	180	174,0	М.291	12,51
9	Каша гречневая рассыпчатая	180	304,0	П.237	12,50
10	Котлеты припущенные из кур	100	188,6	П.412	58,00
11	Гуляш из индейки	100	247,5	П.367	53,53
12	Рис отварной	180	245,5	П.414	14,32
13	Картофель жареный	200	220,0	М.522	23,75
14	Напиток апельсиновый	200	96,0	М.699	8,75
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	Кондитерское изделие Барни	1 шт	113,0	11.1.1.1	29,57
26	Кондитерское изделие Чокопай	1 шт	143,3	11.1.1.1	16,10
27	Чай с лимоном	200	61,0	П.494	4,21
28	Вода питьевая 0,5	1 шт	0,0	11.1.1.15	17,00
29	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. 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
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	9,4	44,5	303,7	П, 237	12,50

Бухгалтер


У	Энерг. ценность, ккал	№ рец.	Цена
121,4	121,4	М487	43,72