

Согласовано:
 Директор ООО «Школьник»
 Д.В.Оськин

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

МЕНЮ
 на 17 октября 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 | | | | | | 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 17 октября 2023 года

| | <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Энерг.ценн ость, ккал</i> | <i>№ рец.</i> | <i>Цена</i> |
|-----------------------|--|---------------------|----------------------------------|---------------|-------------|
| 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 | П.367 | 53,53 |
| 10 | Картофель жареный | 200 | 220,0 | М.522 | 23,75 |
| 11 | Рис отварной | 180 | 245,5 | П.414 | 14,32 |
| 12 | Макаронны 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

| | <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Пищевые вещ-ва (г)</i> | | | <i>Энерг.цен ность, ккал</i> | <i>№ рец.</i> | <i>Цена</i> |
|---|--------------------------------|---------------------|---------------------------|----------|----------|--------------------------------------|---------------|-------------|
| | | | <i>Б</i> | <i>Ж</i> | <i>У</i> | | | |
| 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

