

Согласовано:

Директор ООО "Школьник"  
Д.В.Оськин

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 18  
Я.В. Куприна

**МЕНЮ**  
на 20 октября 2023 года

| Прием пищи        | Наименование блюда                | Масса порции | Пищевые веи-ва (г) |             |              | Энерг.ценность, 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

«ШКОЛЬНИК»

## МЕНЮ

на 20 октября 2023 года

|                       | Наименование блюда                            | Масса порции | Энерг.цен ность, ккал | № рец.     | Цена  |
|-----------------------|---|--------------|-----------------------|------------|-------|
| <b>Свободное меню</b> |   |              |                       |            |       |
| 1                     | Салат из свеклы с яблоком                     | 100          | 99,0                  | П.60       | 11,62 |
| 2                     | Салат из белокочанной 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                    | Макаронны 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) |     |      | 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 | 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

