



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № _____

202__ г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 18
 Дата 19.08.2024
 День: _____
 Неделя: _____
 Номер дня недели: 5
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры		Белки		Углево-ды	Калорийн-ость	цена
ЗАВТРАК									
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50			
2.	Котлета рыбная							20,00 Р	
3.	Каша рисовая с морковью	100	8,65	6,93	12,01	144,98		36,10 Р	
4.	Чай черный с сахаром	180	3,48	6,48	32,64	220,79		18,00 Р	
5.	Хлеб пшеничный	200	0,07	0,02	15,00	60,46		4,50 Р	
6.	Хлеб ржаной	40	2,38	0,29	16,86	89,30		2,50 Р	
		45	2,52	0,504	20,43	90,94		3,20 Р	
	Всего	665	22,77	18,38	109,78	717,96			84,30 Р
ОБЕД									
1.	Овощи натуральные соевые (помидор соленый)	100	1,12	0,10	3,50	20,00		20,00 Р	
2.	Щи из квашеной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75		18,50 Р	
3.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57		66,40 Р	
4.	Сок фруктовый							10,00 Р	
5.	Хлеб пшеничный	200				84,80		3,00 Р	
6.	Хлеб ржаной	60	1,00	0,00	20,20	133,94		3,00 Р	
7.	Пирог "Южный"	40	3,58	0,43	25,30	80,83		2,50 Р	
		100	2,24	0,45	18,16	185,50			
	Всего:	980	6,8	6,825	39,225	879,40			123,40 Р

Директор МБОУ СОШ № 18
 Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 18
 Дата: 11.06.2012
 День: _____
 неделя: 1
 Номер дня недели: 5
 Возрастная категория: 7-11 лет

Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийно сть	цена
ЗАВТРАК						
Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	12,00р.
Котлета рыбная	90	6,79	6,23	10,81	130,48	32,50р.
Каша рисовая с морковью	150	2,90	5,40	27,20	209,00	15,00р.
Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	4,50р.
Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
Всего	565	16,94	14,72	88,93	606,65	
						69,00р.
ОБЕД						
Овощи натуральные соленные (помидор соленный/ помидор салатный)	60	0,67	0,06	2,10	12,00	12,00 Р
Щи из квашеной капусты с картофелем	200	1,35	4,29	6,96	71,8	15,00 Р
Рагу из овощей	175	12,56	11,72	15,20	216,52	50,50 Р
Салат фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	10,00 Р
Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
Пирог "Южный"	80	5,44	5,46	39,38	148,41	2,00 Р
Всего	795	25,64	22,47	118,86	703,66	
						95,00р.

Директор МБОУ СОШ № 18



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

Контрольное
блюдо.

