

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 23



Мокина Н.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

12 января 2024г

| № рецепта | Наименование блюда                           | Масса,г     | Цена, руб    | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|           |  |             |              | белки                | жиры         | углеводы      |                               |
|           | <b>Завтрак</b>                               |             |              |                      |              |               |                               |
| 338       | Фрукты свежие сезонные (апельсин) 1шт        | 100         | 21,20        | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                            |
| 204       | Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5 | 175         | 35,02        | 9,96                 | 12,97        | 32,8          | 287,96                        |
| 328       | Какао с молоком                              | 200         | 16,50        | 3,76                 | 3,2          | 26,74         | 150,8                         |
| 1091      | Хлеб пшеничный                               | 30          | 2,00         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                         |
| 1091      | Хлеб ржаной                                  | 30          | 2,00         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
|           | <b>Итого завтрак:</b>                        | <b>535</b>  | <b>76,72</b> | <b>18,78</b>         | <b>16,97</b> | <b>91,82</b>  | <b>595,32</b>                 |
|           | <b>Обед</b>                                  |             |              |                      |              |               |                               |
| 324       | Свекла тушеная                               | 60          | 5,30         | 1,01                 | 0,73         | 6,3           | 35,81                         |
| 102       | Суп гороховый                                | 200         | 8,20         | 4,12                 | 4            | 14,49         | 110,23                        |
| 291       | Плов с курицей 90/150                        | 240         | 55,07        | 26,37                | 29,08        | 45,72         | 547,24                        |
| 378       | Чай с сахаром 200/15                         | 215         | 4,15         | 0,1                  | 0            | 15            | 60                            |
| 1091      | Хлеб пшеничный                               | 30          | 2,00         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                         |
| 1091      | Хлеб ржаной                                  | 30          | 2,00         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
|           | <b>Итого обед:</b>                           | <b>775</b>  | <b>76,72</b> | <b>35,86</b>         | <b>34,41</b> | <b>106,29</b> | <b>874,84</b>                 |
|           | <b>Всего:</b>                                | <b>1310</b> |              | <b>54,64</b>         | <b>51,38</b> | <b>198,11</b> | <b>1470,16</b>                |



№ 3

Мокшина И.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.И.

...но для льготного питания детей 5-11 классов и детей с ОВЗ

...и аря 2023г

| № п/п | Наименование блюда                           | Масса,г     | Цена, руб    | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность, кКал |
|-------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|       |  |             |              | белки                | жиры         | углеводы      |                               |
|       | <b>Завтрак</b>                               |             |              |                      |              |               |                               |
| 118   | Фрукты свежие сезонные 1шт                   | 100         | 18,00        | 0,8                  | 0,2          | 7,5           | 35                            |
| 119   | Макаронные изделия отварные с сыром 180/20/5 | 205         | 23,79        | 11,02                | 13,75        | 39,35         | 325,4                         |
| 120   | Какао с молоком                              | 200         | 16,01        | 3,76                 | 3,2          | 26,74         | 150,8                         |
| 121   | Хлеб пшеничный                               | 30          | 1,60         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                         |
| 122   | Хлеб ржаной                                  | 30          | 1,60         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
|       | <b>Итого завтрак:</b>                        | <b>565</b>  | <b>61,00</b> | <b>19,84</b>         | <b>17,75</b> | <b>98,37</b>  | <b>632,76</b>                 |
|       | <b>Обед</b>                                  |             |              |                      |              |               |                               |
| 123   | Свекая тушеная                               | 100         | 2,91         | 1,68                 | 1,22         | 10,5          | 59,68                         |
| 124   | Суп гороховый                                | 250         | 5,11         | 5,15                 | 5            | 18,13         | 137,79                        |
| 125   | Плов с курицей 100/180                       | 280         | 46,78        | 29,2                 | 33,8         | 47,8          | 612                           |
| 126   | Чай с сахаром 200/15                         | 215         | 3,00         | 0,1                  | 0            | 15            | 60                            |
| 127   | Хлеб пшеничный                               | 30          | 1,60         | 2,28                 | 0,24         | 14,76         | 70,32                         |
| 128   | Хлеб ржаной                                  | 30          | 1,60         | 1,98                 | 0,36         | 10,02         | 51,24                         |
|       | <b>Итого обед:</b>                           | <b>905</b>  | <b>61,00</b> | <b>40,39</b>         | <b>40,62</b> | <b>116,21</b> | <b>991,03</b>                 |
|       | <b>Всего:</b>                                | <b>1470</b> |              | <b>60,23</b>         | <b>58,37</b> | <b>214,58</b> | <b>1623,79</b>                |