



## МЕНЮ

на 22.01.2024 г.

День: первый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

Утверждаю:

Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			

### ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

119-08	Каша "Дружба"	200	6,33	10,67	20,12	247,80	23,24
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	12,00
тгк	Батон	58	4,47	1,74	30,91	156,32	8,19
тгк	Слойка	60	3,14	2,50	17,78	60,74	28,57
Итого за 'Завтрак '		518	17,24	15,97	83,50	535,32	72,00

**ИТОГО** стоимость завтрака: 72 руб. 00 коп.

### ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

74Т	Икра кабачковая (заводская)	60	0,78	3,12	5,64	52,44	11,04
41/1	Щи из капусты с картофелем, сметаной и мясом говядины	200/8	3,94	4,99	8,29	91,50	20,43
63-08	Гуляш из говядины	90	12,56	12,22	20,21	230,40	64,93
106-13	Каша пшеничная вязкая	150	4,88	3,23	30,02	169,50	5,34
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	1,93
тгк	Хлеб пшеничный	59	4,21	0,42	27,81	132,11	4,33
Итого за 'Обед '		767	26,55	24,02	101,18	711,83	108,00

**ИТОГО** стоимость обеда: 108 руб. 00 коп.

Зав. производством:

/Поварницына А.С.





Утверждаю:  
 Директор МБОУ "СОШ №18"  
 Болотова Е.В.

## МЕНЮ

на 23.01.2024 г.

День: второй Неделя: вторая Сезон: осень-зима

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			

### ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

98-08	Макаронны отварные с сыром	200	11,44	15,33	18,21	285,00	33,74
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	12,80
тгк	Джем (повидло)	20	0,08	0,00	12,01	45,80	4,62
тгк	Хлеб пшеничный	55	3,93	0,39	25,93	123,15	4,04
тгк	Яблоки	1 шт	0,40	0,40	11,60	48,68	16,80
Итого за 'Завтрак '		575	18,62	16,69	83,44	572,67	72,00

**ИТОГО стоимость завтрака: 72 руб. 00 коп.**

### ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

15-13	Салат "Газалык"	60	0,78	5,94	6,10	79,04	10,56
47-08	Суп гороховый с куриным мясом	200/10	5,38	7,58	26,96	185,07	19,22
162-13	Минтай, запеченный в сметанном соусе	90	13,63	3,84	1,04	93,52	40,58
92-08	Пюре картофельное	180	3,71	6,59	25,83	176,01	22,54
тгк	Компот клубничный	200	0,23	0,13	21,56	82,50	11,70
тгк	Хлеб ржаной	51	3,16	0,54	19,35	90,12	3,40
Итого за 'Обед '		791	26,89	24,62	100,84	706,27	108,00

**ИТОГО стоимость обеда: 108 руб. 00 коп.**

Зав. производством:

 /Поварницына А.С.





Утверждаю:

Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.

## МЕНЮ

на 24.01.2024 г.

День: третий Неделя: вторая Сезон: осень-зима

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			

### ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

127-08	Каша пшеничная молочная	150	5,39	6,86	22,67	180,01	15,67
112-08	Омлет натуральный	120	7,24	8,78	3,56	127,11	36,35
630	Чай с молоком или сливками	200	1,54	1,58	11,34	63,47	6,53
тгк	Джем (повидло)	20	0,08	0,00	12,01	45,80	4,62
тгк	Батон	63	4,85	1,89	33,58	169,80	8,83
Итого за 'Завтрак '		553	19,10	19,11	83,16	586,18	72,00


**ИТОГО стоимость завтрака: 72 руб. 00 коп.**

### ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

17-08	Салат из квашенной капусты	60	0,89	2,69	5,52	48,52	6,90
129	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,20	5,02	15,40	114,29	13,00
461	Биточки (котлеты) из мяса кур	95	10,81	11,84	5,70	214,18	66,04
97-08	Макаронные изделия отварные	180	6,19	7,20	37,76	240,07	13,59
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	4,87
тгк	Хлеб пшеничный	49	3,50	0,34	23,10	109,72	3,60
Итого за 'Обед '		784	23,83	27,14	101,55	782,39	108,00

**ИТОГО стоимость обеда: 108 руб. 00 коп.**

Зав. производством:

 /Поварницына А.С.





Утверждаю:  
Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.

## МЕНЮ

на 25.01.2024 г.

День: четвертый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			

### ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

181	Котлеты, биточки, шницели	50	5,86	4,93	11,93	130,61	33,82
128-08	Каша пшеничная молочная	200	8,70	4,46	28,51	164,38	20,35
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	4,87
5-13	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,66	0,00	77,92	8,48
тк	Хлеб пшеничный	61	4,36	0,43	28,75	136,59	4,48
Итого за 'Завтрак '		521	19,16	18,53	83,26	565,11	72,00


ИТОГО стоимость завтрака: 72 руб. 00 коп.

### ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

34-13	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	60	0,83	3,58	5,45	54,08	5,40
56-08	Суп из овощей с мясом говядины	200/8	4,04	6,51	9,58	101,85	21,70
39/8	Фрикадельки из мяса говядины	90	13,05	10,12	17,97	209,59	61,66
106-13	Каша пшенная вязкая	150	4,15	3,84	24,36	148,18	5,79
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	15,68	60,76	9,12
тк	Хлеб пшеничный	59	4,21	0,42	27,81	132,11	4,33
Итого за 'Обед '		767	26,47	24,51	100,85	706,57	108,00

ИТОГО стоимость обеда: 108 руб. 00 коп.

Зав. производством:

 /Поварницына А.С.





Утверждаю:

Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.

## МЕНЮ

на 26.01.2024 г.

День: пятый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего	ды, г		

### ЗАВТРАК для обучающихся в 1-4 классах (1 смена)

125-08	Каша манная молочная вязкая	180	7,25	11,51	21,94	236,03	23,75
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	12,80
6-13	Сыр (порциями)	15	3,95	3,99	0,00	52,59	12,34
тк	Батон	45	3,47	1,35	23,99	121,28	6,31
тк	Яблоки	1 шт	0,40	0,40	11,60	48,68	16,80
Итого за 'Завтрак '		540	17,84	17,82	73,22	528,63	72,00


**ИТОГО** стоимость завтрака: 72 руб. 00 коп.

### ОБЕД для обучающихся в 1-4 классах (2 смена)

31-13	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,57	3,62	2,98	45,51	18,53
113	Борщ сибирский со сметаной и куриным мясом	200/7/10	4,67	4,30	10,16	94,08	23,43
87-08	Суфле "Рыбка Золотая" (минтай)	90	10,80	10,03	24,76	209,14	38,53
тк	Картофель запеченный	150	3,53	9,03	31,27	218,80	16,50
тк	Компот из черноплодной рябины	200	0,00	0,00	9,78	37,17	7,15
тк	Хлеб ржаной	58	3,60	0,61	22,01	102,49	3,86
Итого за 'Обед '		775	23,17	27,59	100,96	707,19	108,00

**ИТОГО** стоимость обеда: 108 руб. 00 коп.

Зав. производством:

 /Поварницына А.С.





# МЕНЮ

на 22.01.2024г.

Согласовано:



Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.

День: первый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

## Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
119-08	Каша "Дружба"	200	6,33	10,67	20,12	247,80	23,24
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	
тгк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	12,00
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>450</b>	<b>13,20</b>	<b>12,08</b>	<b>58,38</b>	<b>430,22</b>	<b>3,67</b>
<b>Обед</b>							
74Т	Икра кабачковая (заводская)	45	0,59	2,34	4,23	39,33	8,28
41/1	Щи из капусты с картофелем и сметаной	200	1,55	4,40	8,29	76,60	
63-08	Гуляш из говядины	80	11,16	10,86	17,96	204,80	9,85
106-13	Каша пшеничная вязкая	150	4,88	3,23	30,02	169,50	57,74
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	5,34
тгк	Хлеб ржаной	47	2,92	0,49	17,84	83,06	4,87
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>722</b>	<b>21,34</b>	<b>21,37</b>	<b>92,41</b>	<b>628,89</b>	<b>3,13</b>
<b>Итого за день</b>			<b>34,54</b>	<b>33,45</b>	<b>150,79</b>	<b>1059,11</b>	<b>128,12</b>

## Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
119-08	Каша "Дружба"	250	7,91	13,30	25,15	309,75	29,06
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46	
тгк	Хлеб пшеничный	63	4,50	0,44	29,70	141,07	12,00
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>513</b>	<b>15,71</b>	<b>14,80</b>	<b>69,54</b>	<b>521,27</b>	<b>4,58</b>
<b>Обед</b>							
74Т	Икра кабачковая (заводская)	50	0,65	2,60	4,70	43,70	9,20
41/1	Щи из капусты с картофелем со сметаной	250	1,94	5,50	10,36	95,75	
63-08	Гуляш из говядины	80	11,16	10,86	17,96	204,80	12,31
106-13	Каша пшеничная вязкая	180	5,86	3,88	36,02	203,40	57,74
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	6,41
тгк	Хлеб ржаной	60	3,72	0,63	22,77	106,03	4,87
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>820</b>	<b>23,57</b>	<b>23,52</b>	<b>105,89</b>	<b>709,29</b>	<b>4,00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>39,28</b>	<b>38,32</b>	<b>175,43</b>	<b>1230,56</b>	<b>140,17</b>

Заведующая производством:

/Поварницына А.С.





Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.

# МЕНЮ

на 23.01.2024г.

День: второй Неделя: вторая Сезон: осень-зима

## Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
98-08	Макароны отварные с сыром	200	11,44	17,33	20,71	285,00	33,74
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	
ттк	Джем (повидло)	15	0,06	0,00	9,01	34,35	12,80
ттк	Хлеб пшеничный	58	4,14	0,41	27,34	129,87	3,46
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>473</b>	<b>18,41</b>	<b>18,31</b>	<b>72,75</b>	<b>519,26</b>	
<b>Обед</b>							
15-13	Салат "Тазалык"	60	0,78	5,94	6,10	79,04	10,56
47-08	Суп гороховый	200	2,38	7,43	23,96	166,74	
162-13	Минтай, запеченный в сметанном соусе	70	10,60	2,99	0,81	72,74	31,57
92-08	Пюре картофельное	150	3,09	5,49	21,52	146,68	
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	18,78
ттк	Хлеб ржаной	50	3,10	0,53	18,97	88,36	1,93
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>730</b>	<b>20,13</b>	<b>22,42</b>	<b>80,57</b>	<b>589,43</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>38,54</b>	<b>40,73</b>	<b>153,32</b>	<b>1108,69</b>	<b>128,12</b>

## Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
98-08	Макароны отварные с сыром	250	14,30	21,66	25,90	356,30	42,14
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	
ттк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90	12,80
ттк	Хлеб пшеничный	50	3,57	0,35	23,57	111,96	2,31
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>510</b>	<b>20,68</b>	<b>22,58</b>	<b>71,17</b>	<b>561,20</b>	
<b>Обед</b>							
15-13	Салат "Тазалык"	60	0,78	5,94	6,10	79,04	10,56
47-08	Суп гороховый	250	2,97	9,28	29,95	208,42	
162-13	Минтай, запеченный в сметанном соусе	70	10,60	2,99	0,81	72,74	9,61
92-08	Пюре картофельное	180	3,71	6,59	25,83	176,01	
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	22,54
ттк	Хлеб ржаной	46	2,85	0,49	17,46	81,29	1,93
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>806</b>	<b>21,09</b>	<b>25,33</b>	<b>89,36</b>	<b>653,38</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>41,77</b>	<b>47,91</b>	<b>160,53</b>	<b>1214,58</b>	<b>140,17</b>

Заведующая производством:

Ловарницына А.С.





## МЕНЮ

на 24.01.2024г.

День: третий Неделя: вторая Сезон: осень-зима

### Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
129-08	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	9,81	13,84	40,59	307,57	25,50
630	Чай с молоком или сливками	200	1,54	1,58	11,34	63,47	
6-13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0,00	35,06	6,53
тгк	Хлеб пшеничный	52	3,71	0,37	24,51	116,44	8,23
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>462</b>	<b>17,69</b>	<b>18,45</b>	<b>76,44</b>	<b>522,53</b>	

#### Обед

60-08	Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	5,09	2,78	10,60	86,66	18,81
64-08	Печень по-строгановски	50/50	8,14	10,79	15,50	174,34	40,86
106-13	Каша гречневая вязкая	150	4,80	4,80	21,00	146,20	6,96
тгк	Компот из яблок и кураги	200	1,12	0,16	26,00	99,49	14,08
тгк	Хлеб ржаной	50	3,10	0,53	18,97	88,36	3,33
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>700</b>	<b>22,25</b>	<b>19,06</b>	<b>92,07</b>	<b>595,05</b>	

#### Итого за день

**39,94    37,51    168,51    1117,58    128,12**

### Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
129-08	Каша овсяная "Геркулес" молочная	250	12,26	17,31	50,74	384,46	31,88
630	Чай с молоком или сливками	200	1,54	1,58	11,34	63,47	6,53
6-13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0,00	35,06	8,23
тгк	Хлеб пшеничный	40	2,86	0,28	18,86	89,57	2,94
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>500</b>	<b>19,29</b>	<b>21,83</b>	<b>80,94</b>	<b>572,56</b>	

#### Обед

60-08	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	6,36	3,47	13,25	108,33	23,51
64-08	Печень по-строгановски	50/50	8,14	10,79	15,50	174,34	40,86
106-13	Каша гречневая вязкая	180	5,76	5,76	25,20	175,44	8,35
тгк	Компот из яблок и кураги	200	1,12	0,16	26,00	99,49	14,08
тгк	Хлеб ржаной	57	3,54	0,60	21,63	100,73	3,79
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>787</b>	<b>24,92</b>	<b>20,78</b>	<b>101,58</b>	<b>658,33</b>	

#### Итого за день

**44,22    42,60    182,52    1230,88    140,17**

Заведующая производством:

 /Поварницына А.С.





# МЕНЮ

на 25.01.2024г.

День: четвертый Неделя: вторая Сезон: осень-зима


## Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
128-08	Каша пшеничная молочная	200	8,70	4,46	28,51	164,38	20,35
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	
5-13	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,66	0,00	77,92	4,87
тгк	Хлеб пшеничный	60	4,29	0,42	28,28	134,35	8,48
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>470</b>	<b>13,23</b>	<b>13,59</b>	<b>70,86</b>	<b>432,26</b>	
<b>Обед</b>							
34-13	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	60	0,83	3,58	5,45	54,08	5,40
56-08	Суп из овощей	200	1,65	4,92	9,58	86,95	
39/8	Фрикадельки из мяса говядины	80	11,60	9,00	15,97	186,30	11,10
106-13	Каша пшенная вязкая	180	4,98	4,60	29,23	177,82	54,79
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	15,68	60,76	6,95
тгк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69	9,12
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>760</b>	<b>21,73</b>	<b>22,56</b>	<b>91,09</b>	<b>636,60</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>34,96</b>	<b>36,15</b>	<b>161,95</b>	<b>1068,86</b>	<b>128,12</b>

## Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
128-08	Каша пшеничная молочная	250	10,88	5,58	35,64	205,48	25,49
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	
5-13	Масло сливочное (порциями)	10	0,00	8,66	0,00	77,92	4,87
тгк	Хлеб пшеничный	60	4,29	0,42	28,28	134,35	8,48
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>520</b>	<b>15,41</b>	<b>14,71</b>	<b>77,99</b>	<b>473,36</b>	
<b>Обед</b>							
34-13	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	100	1,39	5,97	9,08	90,13	9,00
56-08	Суп из овощей	250	2,06	6,14	11,97	108,69	
39/8	Фрикадельки из мяса говядины	80	11,60	9,00	15,97	186,30	13,87
106-13	Каша пшенная вязкая	180	4,98	4,60	29,23	177,82	54,79
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	15,68	60,76	6,95
тгк	Хлеб ржаной	48	2,98	0,51	18,21	84,82	9,12
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>858</b>	<b>23,20</b>	<b>26,26</b>	<b>100,14</b>	<b>708,53</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>38,61</b>	<b>40,96</b>	<b>178,13</b>	<b>1181,88</b>	<b>140,17</b>

Заведующая производством:

 /Поварницына А.С.





Согласовано:

Директор МБОУ «СОШ №18»

Белгорова Е.В.

## МЕНЮ

на 26.01.2024 г.

День: пятый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

### Возрастная категория: дети с овз 7-11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего	ды, г		
<b>Завтрак</b>							
125-08	Каша манная молочная вязкая	200	8,06	12,79	24,38	262,26	26,39
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	
тгк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90	2,31
тгк	Хлеб пшеничный	45	3,21	0,32	21,21	100,76	3,30
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>455</b>	<b>14,08</b>	<b>13,68</b>	<b>67,29</b>	<b>455,96</b>	

#### Обед

31-13	Салат из свежих огурцов и помидоров	50	0,48	3,01	2,48	37,92	15,44
113	Борщ сибирский со сметаной	200/5	1,63	3,80	10,09	77,11	11,40
87-08	Суфле "Рыбка Золотая" (минтай)	70	8,40	7,80	19,26	162,66	29,97
тгк	Картофель запеченный	150	3,53	9,03	31,27	218,80	16,50
тгк	Компот из черноплодной рябины	200	0,00	0,00	9,78	37,17	7,15
тгк	Хлеб ржаной	43	2,67	0,45	16,32	75,99	2,86
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>718</b>	<b>16,71</b>	<b>24,09</b>	<b>89,20</b>	<b>609,65</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>30,79</b>	<b>37,77</b>	<b>156,49</b>	<b>1065,61</b>	<b>128,12</b>

### Возрастная категория: дети с овз 12-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Завтрак</b>							
125-08	Каша манная молочная вязкая	250	10,08	15,99	30,48	327,83	32,99
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04	12,80
тгк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90	2,31
тгк	Хлеб пшеничный	40	2,86	0,28	18,86	89,57	2,94
<b>Итого за "Завтрак"</b>		<b>500</b>	<b>15,75</b>	<b>16,84</b>	<b>71,04</b>	<b>510,33</b>	

#### Обед

31-13	Салат из свежих огурцов и помидоров	50	0,48	3,01	2,48	37,92	15,44
113	Борщ сибирский со сметаной	250/5	2,01	4,53	12,58	94,11	13,91
87-08	Суфле "Рыбка Золотая" (минтай)	70	8,40	7,80	19,26	162,66	29,97
тгк	Картофель запеченный	180	4,24	10,84	37,52	262,56	19,80
тгк	Компот из черноплодной рябины	200	0,00	0,00	9,78	37,17	7,15
тгк	Хлеб ржаной	43	2,67	0,45	16,32	75,99	2,86
<b>Итого за "Обед"</b>		<b>798</b>	<b>17,80</b>	<b>26,63</b>	<b>97,94</b>	<b>670,41</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>33,55</b>	<b>43,47</b>	<b>168,97</b>	<b>1180,74</b>	<b>140,17</b>

Заведующая производством:

\_\_\_\_\_/Поварницына А.С.





Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ№18"

Болотова Е.В.

# МЕНЮ


на 22.01.2024г.

День: первый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

## Горячее питание 72,00 руб.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Обед</b>							
41/1	Щи из капусты с картофелем и сметаной	200	1,55	4,40	8,29	76,60	9,85
63-08	Гуляш из говядины	65	9,07	8,83	14,60	166,40	46,91
106-13	Каша пшеничная вязкая	180	5,86	3,88	36,02	203,40	6,41
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	4,87
тгк	Хлеб пшеничный	54	3,86	0,38	25,45	120,92	3,96
<b>Итого за день</b>		<b>699</b>	<b>20,58</b>	<b>17,54</b>	<b>98,43</b>	<b>622,92</b>	<b>72,00</b>
<b>ИТОГО стоимость обеда: 72,00 руб.</b>							

Заведующая производством:

 /Поварницына А.С.





Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ№18"

Болотова Е.В.

# МЕНЮ

на 23.01.2024г.

День: второй Неделя: вторая Сезон: осень-зима

## Горячее питание 72,00 руб.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Обед</b>							
47-08	Суп гороховый	200	2,38	7,43	23,96	166,74	7,69
162-13	Минтай, запеченный в сметанном соусе	80	12,12	3,41	0,92	83,13	36,10
92-08	Пюре картофельное	180	3,71	6,59	25,83	176,01	22,54
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	1,93
ттк	Хлеб пшеничный	51	3,64	0,36	24,04	114,20	3,74
<b>Итого за день</b>		<b>711</b>	<b>22,03</b>	<b>17,83</b>	<b>83,96</b>	<b>575,96</b>	<b>72,00</b>

**ИТОГО стоимость обеда: 72,00 руб.**

Заведующая производством:

/Поварницына А.С.





Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ№18"

Болотова Е.В.

# МЕНЮ

на 24.01.2024г.

День: третий Неделя: вторая Сезон: осень-зима

## Горячее питание 72,00 руб.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Обед</b>							
129	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,20	5,02	15,40	114,29	13,00
461	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	7,21	7,89	3,80	142,79	41,73
97-08	Макаронные изделия отварные	160	5,50	6,40	33,56	213,39	12,08
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	1,93
тгк	Хлеб ржаной	49	3,04	0,52	18,59	86,59	3,26
<b>Итого за день</b>		<b>669</b>	<b>18,13</b>	<b>19,87</b>	<b>80,56</b>	<b>592,94</b>	<b>72,00</b>
<b>ИТОГО стоимость обеда: 72,00 руб.</b>							

Заведующая производством:

Поварницына А.С.





Согласовано:



Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.

# МЕНЮ

на 25.01.2024г.

День: четвертый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

## Горячее питание 72,00 руб.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Обед</b>							
56-08	Суп из овощей	200	1,65	4,92	9,58	86,95	11,10
39/8	Фрикадельки из мяса говядины	70	10,15	7,87	13,98	163,01	47,98
106-13	Каша пшенная вязкая	180	4,98	4,60	29,23	177,82	6,95
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88	1,93
тгк	Хлеб пшеничный	55	3,93	0,39	25,93	123,15	4,04
<b>Итого за день</b>		<b>705</b>	<b>20,89</b>	<b>17,82</b>	<b>87,93</b>	<b>586,83</b>	<b>72,00</b>

**ИТОГО стоимость обеда: 72,00 руб.**

Заведующая производством:

/Поварницына А.С.





Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ №18"

Болотова Е.В.

# МЕНЮ

на 26.01.2024г.




День: пятый Неделя: вторая Сезон: осень-зима

## Горячее питание 72,00 руб.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			всего	всего			
<b>Обед</b>							
113	Борщ сибирский со сметаной	200/5	1,63	3,80	10,09	77,11	11,40
87-08	Суфле "Рыбка Золотая" (минтай)	80	9,60	8,92	22,01	185,90	34,23
тгк	Картофель запеченный	170	4,00	10,24	35,44	247,98	18,70
629	Чай с лимоном	200	0,24	0,05	14,07	55,61	4,87
тгк	Хлеб ржаной	42	2,61	0,44	15,94	74,22	2,80
<b>Итого за день</b>		<b>697</b>	<b>18,08</b>	<b>23,45</b>	<b>97,55</b>	<b>640,81</b>	<b>72,00</b>
<b>ИТОГО стоимость обеда: 72,00 руб.</b>							

Заведующая производством:

 /Поварницына А.С.