



**МЕНЮ**

Рацион: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
 с 01.09.24

Неделя: 1

понедель

День: ник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая вязкая,	200	9	8	32	232	213,18
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576,21
	Сыр порционный	15	3	4		54	75,21
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	465,21
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573,21
<b>Итого за Завтрак</b>		505	22	16	92	595	
Обед	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150,18
	Суп картофельный с макаронными изделиями,	250	3	3	17	101	116,18
	Плов из отварной птицы	240	24	20	30	400	375,21
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573,21
Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574,21	
<b>Итого за Обед</b>		850	37	29	117	876	
<b>Итого за день</b>		1 355	59	45	209	1471	

Калькулятор

Технолог

Согласовано:  
 Директор МАОУ «Школа № 18 для  
 обучающихся с ограниченными  
 возможностями» г. Перми  
 /Рупперт И.Э./



Утверждаю:  
 Индивидуальный предприниматель  
 /Ж.В. Штебе/



**МЕНЮ**

Рацион: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
 с 01.09.24

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша пшеничная вязкая	200	8	7	38	245	221
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Масло сливочное	10		7		66	79
	Какао с молоком,	200	3	3	14	94	462
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
<b>Итого за Завтрак</b>		650	18	18	113	692	
<b>Обед</b>							
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	5	14	18	224	104,21
	Биточки куриные	90	14	9	8	165	372,18
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	249	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из свежих плодов	200			11	46	486,18
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
<b>Итого за Обед</b>		790	37	33	123	930	
<b>Итого за день</b>		1 440	55	51	236	1622	
Калькулятор		/		/		Технолог	



**МЕНЮ**

Район: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
 с 01.09.24

Неделя: I

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7	7	36	240	233
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Чай каркаде	200			14	56	461
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	<b>Итого за Завтрак</b>		<b>510</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>109</b>	<b>569</b>
Обед	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	4	4	50	31,21
	Суп из овощей со сметаной	200	1	4	7	67	117,18
	Кнели мясные с рисом	90	12	11	6	168	338,21
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
<b>Итого за Обед</b>		<b>850</b>	<b>30</b>	<b>22</b>	<b>109</b>	<b>786</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 360</b>	<b>44</b>	<b>30</b>	<b>218</b>	<b>1355</b>	

Калькулятор

*Ср*

Технолог



Согласовано:

Директор МАОУ «Школа № 18 для обучающихся с ограниченными возможностями» г. Перми  
/Рууперт И.Э./



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель

/Ж.В. Штебе/



### МЕНЮ

Рацион: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
с 01.09.24

Неделя:1

День:пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	Запеканка из творога,	180	38	11	30	372	279,18
	Молоко сгущенное	30	2	3	17	98	471
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Кондитерское изделие	50	2	3	16	96	580
	Итого за Завтрак		550	49	18	119	827
Обед	Свекольник со сметаной	200	2	4	8	75	98,02
	Котлеты рыбные любительские	90	11	2	5	81	308
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из яблок с лимоном,	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	28	9	104	652	
Итого за день		1 340	77	27	223	1479	

Калькулятор

Технолог

Согласовано:  
 Директор МАОУ «Школа № 18 для  
 обучающихся с ограниченными  
 возможностями» г. Перми  
 /Фуршет И.Э./



Утверждаю:  
 Индивидуальный предприниматель



/Ж.В. Штебе/

## МЕНЮ

Рацион: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
 с 01.09.24

Неделя: 2

понедель

День: ник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6	8	26	202	232
	Батон нарезной	40	3	1	21	104	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Повидло фруктовое	20			13	52	86
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
Итого за Завтрак		510	13	9	94	513	
Обед							
	Суп картофельный с бобовыми,	200	5	3	12	93	113,21
	Шницели куриные припущенные	90	28	33	6	435	372
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	249	202
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Компот из смеси сухофруктов,	200	1		20	84	495
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
Итого за Обед		790	52	46	124	1107	
Итого за день		1 300	65	55	218	1620	

Калькулятор

/ \_\_\_\_\_ /  
 Технолог





**МЕНЮ**

Рацион: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
 с 01.09.24

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Икра кабачковая (консерв.)	60	1	5	5	71	150
	Омлет натуральный	150	13	21	3	260	268
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Кондитерское изделие	30	1	2	10	57	580
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	<b>23</b>	<b>29</b>	<b>78</b>	<b>674</b>
Обед	Суп крестьянский с крупой	200	2	4	8	77	119
	Котлеты рыбные,	90	13	3	15	138	307
	Рис отварной	150	4	5	39	219	385
	Соус томатный	50	1	2	2	26	419
	Сок	200	1		15	65	501
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
<b>Итого за Обед</b>		<b>790</b>	<b>29</b>	<b>15</b>	<b>124</b>	<b>745</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 330</b>	<b>52</b>	<b>44</b>	<b>202</b>	<b>1419</b>	

Калькулятор

Технолог





**МЕНЮ**

Рацион: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
 с 01.09.24

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	7	7	33	219	220
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Чай с сахаром	200			9	38	457
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Фрукт	150			15	66	82
	Итого за Завтрак	650	15	8	108	571	
Обед	Салат из капусты белокочанной и свеклы	60	1	4	3	49	4,21
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	6	16	42	340	100,18
	Котлеты куриные припущенные	90	14	9	8	165	372,18
	Картофельное пюре,	150	3	6	9	102	377
	Напиток из шиповника	200	1		18	78	496
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
	Итого за Обед	800	33	36	125	954	
Итого за день	1 450	48	44	233	1525		

Калькулятор

Технолог

/



**МЕНЮ**

Рацион: Меню Школа №18 (1-4 кл)  
 с 01.09.24

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша "Дружба"	200	5	7	28	191	226
	Чай с лимоном	200			10	40	459
	Батон нарезной	50	4	1	26	131	576
	Повидло фруктовое	10			7	26	86
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>13</b>	<b>8</b>	<b>96</b>	<b>505</b>	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	2	3	8	64	115
	Птица в соусе с томатом,	90	15	16	3	218	367
	Макаронные изделия отварные	150	6		30	190	256
	Компот из яблок с лимоном	200			14	60	487
	Хлеб пшеничный	50	4		25	117	573
	Хлеб ржаной	50	4	1	20	103	574
<b>Итого за Обед</b>	<b>740</b>	<b>31</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>752</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1 250</b>	<b>44</b>	<b>28</b>	<b>196</b>	<b>1257</b>		

Калькулятор \_\_\_\_\_

Технолог \_\_\_\_\_