

Утверждаю

Директор
МОУ "СОШ №9"
/Семенова Вера Ивановна/

МЕНЮ

24 сентября 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 Классы [7-11 лет]								
Завтрак								
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	24,75	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	204	#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	145/20/10	17,22	10,70	8,80	34,70	262,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,53	2,80	0,20	18,70	88,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	4,17	0,10	0,00	9,30	39,00
2008		БАНАН	200	52,87	3,00	1,00	42,00	192,00
		Шоколад Аленка 90 гр	90	108,00	8,60	30,30	44,00	484,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	30,65	5,70	3,10	41,30	216,00
		Чоко Пай	28	13,05	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				254,25	30,90	43,40	190,00	1 281,00
СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]								
Обед								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	34,34	11,80	22,70	1,90	259,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	9,97	0,00	4,80	0,00	43,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,99	0,20	0,00	7,30	30,00
2024	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,54	2,80	0,20	18,70	88,00
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	18,79	0,80	9,70	2,90	103,00
Итого				68,63	15,60	37,40	30,80	523,00
ОВЗ [12 лет и старше]								
Завтрак								
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	24,75	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	204	#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/20/10	17,23	10,90	8,50	37,60	272,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,56	2,90	0,20	18,80	89,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,00	0,20	0,00	7,30	30,00
2008		БАНАН	200	52,87	3,00	1,00	42,00	192,00
		Шоколад Аленка 90 гр	90	108,00	8,60	30,30	44,00	484,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	33,07	13,30	7,00	42,60	227,00
		Чоко Пай	28	11,36	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	34,82	12,00	22,90	2,00	262,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	9,97	0,00	4,80	0,00	43,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,00	0,20	0,00	7,30	30,00
2024	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,56	2,90	0,20	18,80	89,00
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	18,76	0,80	9,70	2,80	103,00
Итого				321,94	54,80	84,60	223,20	1 821,00
Абонементное питание [12 лет и старше]								
Завтрак								
2011	251	ПОДЖАРКА МЯСНАЯ	80	33,81	0,50	9,70	2,50	100,00
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/10	16,64	3,60	6,10	24,80	169,00
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	1,55	0,20	9,70	1,70	95,00
		ШОКОЛАД БАТОНЧИК	50	53,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,99	0,20	0,00	7,30	30,00
2008		ЯБЛОКО	280	43,04	1,10	1,10	27,20	131,00
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	6,03	0,10	10,00	2,30	100,00
2008		ГРУША	190	45,25	0,80	0,60	19,80	91,00
Итого				201,31	6,50	37,20	85,60	716,00
Диетическое питания								
Завтрак								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	27,51	7,80	17,40	3,90	203,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,05	0,20	0,00	7,30	30,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	10,64	2,90	0,60	23,70	112,00
2008		БАНАН	200	52,91	3,00	1,00	42,00	192,00
Итого				93,11	13,90	19,00	76,90	537,00