

Утверждаю

Директор

МОУ "СОШ №9"

/Семенова Вера Ивановна/

МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Сборник рецептов	№ 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								
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	100	66,37	2,40	7,00	7,10	101,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,52	8,60	4,20	38,90	227,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,45	0,00	0,00	14,50	58,00
2008		БАНАН	240	49,34	3,60	1,20	50,40	230,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	5,32	0,80	19,00	2,90	185,00
Итого				130,00	15,40	31,40	113,80	801,00
СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]								
Завтрак								
2008	75	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/15	18,20	1,50	3,70	9,50	78,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,43	0,00	0,00	14,60	58,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	5,33	0,80	19,00	2,90	186,00
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	51,09	1,50	5,40	5,10	75,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,95	0,00	5,80	0,00	52,00
Итого				89,00	3,80	33,90	32,10	449,00
ОВЗ [12 лет и старше]								
Завтрак								
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	100	66,37	2,50	7,20	7,10	103,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,45	0,00	0,00	14,50	58,00
2008		БАНАН	240	49,34	3,60	1,20	50,40	230,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	5,35	0,90	18,80	3,30	185,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,52	8,60	4,40	39,00	230,00
Обед								
2008	75	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/15	18,15	1,50	3,90	9,30	79,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,43	0,00	0,00	14,50	58,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	5,35	0,90	18,80	3,30	185,00
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	51,09	1,40	5,20	5,00	72,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,05	0,00	5,90	0,00	53,00
Итого				219,09	19,40	65,40	146,40	1 253,00
Абонементное питание [12 лет и старше]								
Завтрак								
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	38,77	1,50	5,30	5,10	74,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,96	0,00	5,80	0,00	52,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	5,32	0,80	19,00	2,90	186,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	32,95	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				89,01	2,30	30,10	8,00	312,00
Диетическое питание								
Завтрак								
2011	266	БИФШТЕКС ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	70,11	0,00	3,20	0,00	29,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	18,69	2,20	3,40	9,30	78,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	5,78	1,20	19,30	5,80	202,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,55	0,00	0,00	16,10	65,00
2008		ЯБЛОКО	200	32,87	0,80	0,80	19,60	94,00
Итого				130,00	4,20	26,70	50,80	468,00