

Утверждаю

Директор
МОУ "СОШ №9"

/Семенова Вера Ивановна/

МЕНЮ

17 октября 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								
2012	38	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	36,69	1,60	6,40	5,70	86,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,21	8,40	7,00	38,20	249,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	3,84	0,00	0,00	31,60	127,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	1,75	0,90	3,20	4,50	50,00
2008		АПЕЛЬСИН	250	42,50	1,50	0,30	13,60	72,00
Итого				92,98	12,40	16,90	93,60	584,00
СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]								
Завтрак								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	12,68	1,80	5,90	10,90	104,00
1997	474	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	17,93	8,20	8,10	5,30	127,00
2011	309	#МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,34	5,90	5,60	37,70	225,00
2008	75	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/25	23,56	2,70	3,90	13,90	103,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	1,74	0,90	3,30	4,50	51,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	3,86	0,00	0,00	31,60	127,00
Итого				67,12	19,50	26,80	103,90	737,00
ОВЗ [12 лет и старше]								
Завтрак								
2012	38	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	37,39	1,90	6,60	5,70	90,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,21	8,40	7,00	38,20	249,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	3,81	0,00	0,00	31,60	127,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	1,79	0,80	4,00	4,40	57,00
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	3,00	1,00	2,00	6,30	48,00
2008		АПЕЛЬСИН	250	42,50	1,50	0,30	13,60	72,00
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	12,81	1,80	5,90	10,90	104,00
1997	474	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	18,34	8,40	8,20	5,30	129,00
2011	309	#МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,27	5,90	5,50	37,60	224,00
2008	75	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/25	23,42	2,70	3,80	13,70	101,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	1,79	0,80	4,00	4,40	57,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	3,81	0,00	0,00	31,60	127,00
Итого				164,14	33,20	47,30	203,30	1 385,00
Абонементное питание [12 лет и старше]								
Завтрак								
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	3,85	0,00	0,00	31,60	127,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	1,76	0,90	3,20	4,60	51,00
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	3,08	1,00	2,00	6,70	49,00
2011	309	#МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,32	5,90	5,60	37,70	224,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	6,05	0,30	0,00	0,90	5,00
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	35,14	0,40	5,90	1,20	60,00
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	33,84	17,60	9,30	128,10	666,00
Итого				91,03	26,10	26,00	210,80	1 182,00
Диетическое питание								
Завтрак								
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	3,81	0,00	0,00	31,60	127,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,14	8,60	8,00	38,80	261,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	6,30	0,30	0,00	0,90	5,00
2008		АПЕЛЬСИН	250	42,50	1,50	0,30	13,60	72,00
2011	105	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОБСТВЕННОМ СОКУ	80/30	15,00	6,40	6,90	0,70	91,00
Итого				76,75	16,80	15,20	85,60	556,00