

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 ноября 2024 г.

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|---|---------------|--|-----------|---------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| 1-4 Классы [7-11 лет] | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 254 | СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | 100 | 60,68 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150/20/10 | 10,90 | 6,80 | 6,20 | 34,90 | 223,00 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 18,95 | 0,30 | 0,30 | 31,00 | 129,00 |
| | 113 | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 40 | 1,75 | 0,10 | 2,90 | 2,60 | 37,00 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 10,05 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,00 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 32,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | | 135,32 | 7,50 | 9,40 | 69,50 | 394,00 |
| СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше] | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 285 | ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ | 70 | 27,95 | 0,00 | 1,80 | 0,00 | 16,00 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 140 | 5,92 | 7,90 | 4,00 | 35,70 | 210,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200/15/5 | 40,67 | 8,20 | 22,80 | 12,50 | 289,00 |
| 2022 | TK №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,43 | 0,00 | 0,00 | 14,50 | 58,00 |
| | 113 | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 20 | 0,87 | 0,10 | 1,60 | 1,40 | 20,00 |
| 2008 | | АПЕЛЬСИН | 100 | 10,80 | 0,30 | 0,10 | 2,30 | 12,00 |
| Итого | | | | 88,64 | 16,50 | 30,30 | 66,40 | 605,00 |
| ОВЗ [12 лет и старше] | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 254 | СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | 100 | 60,64 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 19,49 | 0,30 | 0,30 | 31,90 | 133,00 |
| | 113 | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 40 | 2,44 | 0,60 | 2,50 | 4,20 | 41,00 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 10,20 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 6,00 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 32,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150/20/10 | 16,50 | 6,70 | 12,00 | 34,20 | 272,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 285 | ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ | 70 | 28,15 | 0,00 | 2,40 | 0,00 | 22,00 |
| 2022 | TK №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,43 | 0,00 | 0,00 | 14,50 | 58,00 |
| 2008 | | АПЕЛЬСИН | 90 | 10,00 | 0,20 | 0,10 | 2,20 | 12,00 |
| | 113 | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 20 | 1,58 | 0,60 | 2,50 | 4,20 | 41,00 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 140 | 6,43 | 8,00 | 4,50 | 36,00 | 216,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200/15/5 | 39,83 | 8,40 | 23,70 | 12,70 | 299,00 |
| Итого | | | | 230,66 | 25,10 | 48,00 | 140,90 | 1 100,00 |
| Абонементное питание [12 лет и старше] | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 179 | #БИТОЧЕК КУРИНЫЙ С СЫРОМ | 100/20 | 42,64 | 8,20 | 13,50 | 7,70 | 187,00 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 6,21 | 8,40 | 4,10 | 38,20 | 223,00 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 18,98 | 0,30 | 0,30 | 31,00 | 129,00 |
| | 113 | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 30 | 1,38 | 0,10 | 2,30 | 1,90 | 28,00 |
| 2008 | 18 | САЛАТ ЗЕЛЕНЬ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ | 90 | 18,53 | 0,50 | 2,70 | 1,30 | 32,00 |
| Итого | | | | 87,74 | 17,50 | 22,90 | 80,10 | 599,00 |
| Диетическое питание | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 179 | #БИТОЧЕК КУРИНЫЙ С СЫРОМ | 90 | 33,39 | 6,30 | 14,10 | 6,90 | 180,00 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 13,70 | 8,60 | 11,80 | 38,80 | 296,00 |
| | 113 | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 30 | 6,20 | 2,30 | 10,00 | 16,70 | 166,00 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 22,45 | 0,40 | 0,30 | 28,40 | 120,00 |
| 2022 | TK №16 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 140 | 15,00 | 0,40 | 0,10 | 3,30 | 17,00 |
| 2008 | 18 | САЛАТ ЗЕЛЕНЬ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ | 90 | 18,53 | 0,40 | 10,00 | 1,20 | 97,00 |
| Итого | | | | 109,27 | 18,40 | 46,30 | 95,30 | 876,00 |