

Утверждаю

Директор
МОУ "СОШ №9"

/Семенова Вера Ивановна/

МЕНЮ

3 октября 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]								
<i>Завтрак</i>								
2022	TK № 38	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	34,13	0,50	2,00	3,30	33,00
2011	309	#МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,52	3,90	2,40	25,10	138,00
2022	TK №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	6,84	0,00	0,00	64,30	257,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	30	5,03	1,20	4,70	6,50	73,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	8,33	0,40	0,00	1,10	6,00
2008		МАНДАРИН	360	91,80	2,90	0,70	27,00	137,00
Итого				149,65	8,90	9,80	127,30	644,00
СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]								
<i>Завтрак</i>								
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	16,05	0,00	0,00	19,40	77,00
2012	262	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ЕЖИКИ	60	15,98	0,40	1,50	2,30	24,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	6,22	0,00	1,90	0,00	17,00
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	2,05	0,40	4,90	2,50	56,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	30	2,79	0,60	4,00	2,00	46,00
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10/5	12,95	4,60	6,10	7,90	105,00
2008		МАНДАРИН	110	28,05	0,90	0,20	8,30	42,00
Итого				84,09	6,90	18,60	42,40	367,00
ОВЗ [12 лет и старше]								
<i>Завтрак</i>								
2022	TK № 38	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	34,16	0,50	2,30	3,30	36,00
2011	309	#МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,78	3,90	2,70	25,30	141,00
2022	TK №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,00	0,00	19,40	77,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	30	3,03	0,60	4,50	2,10	51,00
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	13,19	0,60	0,10	1,80	10,00
2008		МАНДАРИН	240	61,20	1,90	0,50	18,00	91,00
Обед								
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	16,05	0,00	0,00	19,40	77,00
2012	262	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ЕЖИКИ	60	15,98	0,40	1,50	2,20	24,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	6,47	0,00	2,20	0,00	20,00
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	2,03	0,40	5,20	2,80	60,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	30	3,03	0,60	4,50	2,10	51,00
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10/5	13,11	4,60	6,50	7,80	109,00
2008		МАНДАРИН	110	28,05	0,90	0,20	8,30	42,00
Итого				202,88	14,40	30,20	112,50	789,00
Абонементное питание [12 лет и старше]								
<i>Завтрак</i>								
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	6,22	0,00	1,90	0,00	17,00
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	2,05	0,40	4,90	2,50	56,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	30	2,79	0,60	4,00	2,00	46,00
2022	TK №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,00	0,00	19,40	77,00
2022	TK № 38	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	34,13	0,50	2,00	3,30	34,00
2008		МАНДАРИН	110	28,05	0,90	0,20	8,30	42,00
2008	17	САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	9,35	0,40	5,10	1,20	52,00
Итого				85,38	2,80	18,10	36,70	324,00
Диетическое питание								
<i>Завтрак</i>								
2012	262	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ЕЖИКИ	60	16,19	0,50	2,50	2,90	36,00
2022	TK №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,00	0,00	19,40	77,00
		ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	30	3,57	0,90	5,00	4,20	65,00
2008		МАНДАРИН	220	56,10	1,80	0,40	16,50	84,00
2008	17	САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100	9,35	0,40	5,10	1,20	52,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,09	8,60	11,90	38,80	296,00
2008		ГРУША	130	25,26	0,40	0,30	11,10	51,00
Итого				118,36	12,60	25,20	94,10	661,00