

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 сентября 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	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	8,91	0,20	2,90	0,50	29,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	11,76	15,50	6,80	99,50	522,00
2011	294	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ КУРИНАЯ	80	43,66	20,30	32,80	6,10	401,00
2022	ТК № 40	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,99	0,00	0,00	7,50	30,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,99	2,40	0,20	15,80	74,00
2008	442	СОК НАТУРАЛЬНЫЙ	200	30,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	170	43,13	1,50	0,30	13,80	73,00
Итого				141,44	39,90	43,00	143,20	1 129,00
СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]								
Обед								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	7,90	10,40	4,60	66,30	349,00
2011	294	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ КУРИНАЯ	80	35,60	15,70	28,40	0,90	322,00
2022	ТК № 40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,98	0,00	0,00	7,50	30,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,99	2,40	0,20	15,80	74,00
2008		ГРУША	100	26,12	0,40	0,30	10,30	47,00
2011	81	БОРЩ	200	12,33	1,10	5,80	6,00	80,00
Итого				85,92	30,00	39,30	106,80	902,00
ОВЗ [12 лет и старше]								
Завтрак								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	8,91	0,20	3,40	0,50	33,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	11,62	15,60	6,60	99,70	521,00
2011	294	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ КУРИНАЯ	80	42,40	19,50	32,40	0,90	373,00
2022	ТК № 40	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,94	0,00	0,00	7,30	29,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	3,00	2,40	0,20	15,80	75,00
2008	442	СОК НАТУРАЛЬНЫЙ	200	30,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	170	43,21	1,50	0,30	13,80	73,00
Обед								
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	7,72	10,30	4,40	66,10	346,00
2011	294	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ КУРИНАЯ	80	35,40	15,70	28,10	0,90	319,00
2022	ТК № 40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,94	0,00	0,00	7,30	29,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	2,40	0,20	15,80	75,00
2008		ГРУША	100	26,05	0,40	0,30	10,30	47,00
2011	81	БОРЩ	200	14,91	1,20	6,20	5,70	83,00
Итого				228,08	69,20	82,10	244,10	2 003,00
Абонементное питание [12 лет и старше]								
Завтрак								
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	11,53	2,00	9,90	13,90	153,00
2022	ТК № 40	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,99	0,00	0,00	7,60	30,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,99	2,40	0,20	15,80	74,00
2012	262	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ЕЖИКИ	70	26,98	0,20	1,70	1,40	21,00
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	12,53	0,90	9,60	5,40	112,00
Итого				55,01	5,50	21,40	44,10	390,00
Аллергики								
Завтрак								
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150	11,20	2,90	5,40	23,70	156,00
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	9,02	0,20	5,00	0,70	49,00
2008		АПЕЛЬСИН	171	43,35	1,50	0,30	13,80	73,00
2024	1	#ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,23	2,60	0,20	17,00	80,00
2022	ТК № 40	ЧАЙ С САХАРОМ	240	1,08	0,00	0,00	9,70	39,00
2011	241	МЯСО ОТВАРНОЕ	80	28,00	15,10	17,10	0,00	214,00
Итого				95,87	22,30	28,00	64,90	611,00