

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 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] | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 324 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 200/10 | 19,15 | 9,60 | 10,70 | 41,60 | 302,00 | | | | | |
| 2022 | ТК №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,80 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,00 | | | | | |
| | | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 30 | 3,24 | 1,10 | 5,60 | 2,90 | 66,00 | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | | | | | |
| 2008 | | ГРУША | 110 | 28,71 | 0,40 | 0,30 | 11,30 | 52,00 | | | | | |
| 2008 | | МАНДАРИН | 110 | 28,05 | 0,90 | 0,20 | 8,30 | 42,00 | | | | | |
| Итого | | | | 127,45 | 12,40 | 17,20 | 93,30 | 586,00 | | | | | |
| СВО. Многодетные. Малоимущие [12 лет и старше] | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 5,02 | 5,70 | 4,40 | 25,60 | 165,00 | | | | | |
| 1997 | 474 | КОЛЛЕТА КУРИНАЯ | 70 | 27,51 | 14,90 | 16,00 | 3,40 | 218,00 | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 10,34 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 2008 | 101 | 1СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 150 | 10,36 | 1,80 | 4,00 | 12,60 | 94,00 | | | | | |
| 2022 | ТК №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,80 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,00 | | | | | |
| | | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 30 | 3,25 | 1,10 | 5,60 | 2,90 | 67,00 | | | | | |
| 2008 | | МАНДАРИН | 110 | 28,05 | 0,90 | 0,20 | 8,30 | 42,00 | | | | | |
| Итого | | | | 87,33 | 24,40 | 30,20 | 72,20 | 663,00 | | | | | |
| ОВЗ [12 лет и старше] | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 324 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 200/10 | 19,14 | 9,60 | 10,70 | 41,50 | 302,00 | | | | | |
| 2022 | ТК №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,80 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,00 | | | | | |
| | | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 30 | 3,29 | 1,20 | 5,60 | 3,20 | 68,00 | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 30,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | | | | | |
| 2008 | | ГРУША | 110 | 28,79 | 0,40 | 0,30 | 11,40 | 52,00 | | | | | |
| 2008 | | МАНДАРИН | 110 | 28,05 | 0,90 | 0,20 | 8,30 | 42,00 | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 5,20 | 5,60 | 4,70 | 25,40 | 166,00 | | | | | |
| 1997 | 474 | КОЛЛЕТА КУРИНАЯ | 70 | 27,46 | 14,90 | 16,00 | 3,40 | 217,00 | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 10,34 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 2022 | ТК №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,80 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,00 | | | | | |
| | | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 30 | 3,29 | 1,20 | 5,60 | 3,20 | 68,00 | | | | | |
| 2008 | | МАНДАРИН | 110 | 28,05 | 0,90 | 0,20 | 8,30 | 42,00 | | | | | |
| 2008 | 101 | 1СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 150 | 10,43 | 1,80 | 4,30 | 12,60 | 97,00 | | | | | |
| Итого | | | | 215,12 | 36,90 | 48,00 | 165,90 | 1 255,00 | | | | | |
| Абонементное питание [12 лет и старше] | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | 309 | #МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 9,91 | 5,90 | 9,20 | 37,60 | 257,00 | | | | | |
| 1997 | 474 | КОЛЛЕТА КУРИНАЯ | 80 | 31,38 | 17,00 | 18,30 | 3,90 | 248,00 | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 55 | 10,33 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | |
| 2022 | ТК №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,80 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,00 | | | | | |
| | | ХЛЕБ ДОМАШНИЙ | 30 | 3,24 | 1,10 | 5,60 | 2,90 | 66,00 | | | | | |
| 2008 | | МАНДАРИН | 120 | 30,60 | 1,00 | 0,20 | 9,00 | 46,00 | | | | | |
| Итого | | | | 88,27 | 25,00 | 33,30 | 72,80 | 694,00 | | | | | |
| Диетическое питание | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 7,44 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 6,00 | | | | | |
| 2011 | 310 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 120 | 6,69 | 1,80 | 2,80 | 14,20 | 89,00 | | | | | |
| 2008 | 307 | ГРУДКА ОТВАРНАЯ | 70 | 28,00 | 15,10 | 17,10 | 0,00 | 214,00 | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,50 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | | | | | |
| 2008 | | МАНДАРИН | 110 | 28,05 | 0,90 | 0,20 | 8,30 | 42,00 | | | | | |
| 2022 | ТК №7 | #ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,80 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,00 | | | | | |
| Итого | | | | 88,47 | 18,50 | 20,50 | 52,70 | 475,00 | | | | | |