

Утверждаю

Директор

МОУ "СОШ №9"

/Семенова Вера Ивановна/

**МЕНЮ**

15 января 2025 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур                       | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда           | Выход     | Цена,<br>руб. | Химический состав |              |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|---|---------------------|------------------------------|-----------|---------------|-------------------|--------------|------------------|--|
|   |                     |                              |           |               | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>1-4 Классы [7-11 лет]</b>                        |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| <b>Завтрак</b>                                      |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| 2011  | 204                 | #Макароны отварные с сыром   | 190/30/10 | 33,71         | 17,80             | 12,00        | 53,10            | 394,00                                   |
| 2011  | 411.1               | Ватрушка с творогом          | 120       | 30,23         | 6,40              | 10,80        | 38,80            | 278,00                                   |
| 2011  | 209                 | Яйцо отварное                | 40        | 8,91          | 3,70              | 3,40         | 0,20             | 46,00                                    |
| 2008  |                     | Икра кабачковая              | 70        | 11,96         | 1,20              | 5,50         | 4,70             | 73,00                                    |
| 2011  | 376                 | Чай с сахаром и лимоном      | 200/15    | 3,79          | 0,10              | 0,00         | 19,50            | 80,00                                    |
| 2024  | 1                   | =Хлеб домашний               | 50        | 6,96          | 6,20              | 1,00         | 39,50            | 192,00                                   |
| <b>Итого</b>  |                     |                              |           | <b>95,56</b>  | <b>35,40</b>      | <b>32,70</b> | <b>155,80</b>    | <b>1 063,00</b>                          |
| <b>СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]</b> |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| <b>Обед</b>   |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
|   | 259                 | =Суп картофельный с рыбой    | 250       | 25,55         | 7,00              | 2,00         | 10,60            | 88,00                                    |
| 2008  | 239                 | =Котлета Рыбная              | 100       | 50,47         | 14,70             | 8,20         | 6,70             | 160,00                                   |
| 2008  | 323                 | Каша рисовая рассыпчатая     | 170       | 8,43          | 0,00              | 1,40         | 0,00             | 13,00                                    |
| 2011  | 376                 | Чай с сахаром                | 200       | 1,33          | 0,00              | 0,00         | 14,60            | 58,00                                    |
| 2024  | 1                   | =Хлеб домашний               | 50        | 2,66          | 6,10              | 0,80         | 39,50            | 189,00                                   |
| <b>Итого</b>  |                     |                              |           | <b>88,42</b>  | <b>27,80</b>      | <b>12,40</b> | <b>71,40</b>     | <b>508,00</b>                            |
| <b>ОВЗ [12 лет и старше]</b>                        |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| <b>Завтрак</b>                                      |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| 2011  | 204                 | #Макароны отварные с сыром   | 190/30/10 | 33,69         | 17,80             | 12,00        | 53,20            | 395,00                                   |
| 2011  | 411.1               | Ватрушка с творогом          | 120       | 29,81         | 6,20              | 10,60        | 39,00            | 276,00                                   |
| 2011  | 209                 | Яйцо отварное                | 80        | 17,85         | 7,40              | 6,70         | 0,40             | 92,00                                    |
| 2008  |                     | Икра кабачковая              | 60        | 0,00          | 1,10              | 5,30         | 4,60             | 71,00                                    |
| 2011  | 376                 | Чай с сахаром и лимоном      | 200/15    | 3,74          | 0,10              | 0,00         | 19,50            | 80,00                                    |
| 2024  | 1                   | =Хлеб домашний               | 40        | 2,52          | 5,10              | 0,90         | 31,70            | 154,00                                   |
| <b>Обед</b>   |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
|   | 259                 | =Суп картофельный с рыбой    | 260       | 27,16         | 7,50              | 2,10         | 13,20            | 102,00                                   |
| 2008  | 323                 | Каша рисовая рассыпчатая     | 170       | 8,40          | 0,00              | 1,40         | 0,00             | 13,00                                    |
| 2008  | 239                 | =Котлета Рыбная              | 110       | 55,63         | 16,30             | 9,10         | 7,50             | 177,00                                   |
| 2024  | 1                   | =Хлеб домашний               | 50        | 3,22          | 6,30              | 1,00         | 39,70            | 193,00                                   |
| 2011  | 376                 | Чай с сахаром                | 200       | 1,31          | 0,00              | 0,00         | 14,50            | 58,00                                    |
| <b>Итого</b>  |                     |                              |           | <b>183,33</b> | <b>67,80</b>      | <b>49,10</b> | <b>223,30</b>    | <b>1 611,00</b>                          |
| <b>Абонементное питание [12 лет и старше]</b>       |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| <b>Завтрак</b>                                      |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| 2008  | 323                 | Каша рисовая рассыпчатая     | 150       | 8,70          | 0,00              | 6,00         | 0,00             | 54,00                                    |
| 2008  | 239                 | =Котлета Рыбная              | 100       | 53,83         | 15,00             | 19,10        | 6,80             | 259,00                                   |
| 2008  |                     | Огурец свежий крупным куском | 70        | 23,10         | 0,60              | 0,10         | 1,90             | 11,00                                    |
| 2011  | 376                 | Чай с сахаром                | 200       | 1,33          | 0,00              | 0,00         | 14,60            | 58,00                                    |
| 2024  | 1                   | =Хлеб домашний               | 40        | 1,90          | 4,80              | 0,60         | 31,70            | 152,00                                   |
| <b>Итого</b>  |                     |                              |           | <b>88,85</b>  | <b>20,40</b>      | <b>25,80</b> | <b>55,00</b>     | <b>534,00</b>                            |
| <b>Диетическое питание</b>                          |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| <b>Завтрак</b>                                      |                     |                              |           |               |                   |              |                  |  |
| 2008  | 239                 | =Котлета Рыбная              | 90        | 27,49         | 9,20              | 7,40         | 6,80             | 130,00                                   |
| 2008  | 346                 | Капуста тушенная             | 150       | 45,07         | 3,40              | 0,20         | 16,30            | 82,00                                    |
| 2008  |                     | Огурец свежий крупным куском | 60        | 19,22         | 0,50              | 0,10         | 1,60             | 9,00                                     |
| 2011  | 376                 | Чай с сахаром                | 200       | 1,79          | 0,00              | 0,00         | 19,40            | 77,00                                    |
| 2024  | 1                   | =Хлеб домашний               | 40        | 8,23          | 7,80              | 2,90         | 38,90            | 212,00                                   |
| <b>Итого</b>  |                     |                              |           | <b>101,78</b> | <b>20,90</b>      | <b>10,60</b> | <b>83,00</b>     | <b>510,00</b>                            |

Заведующая производством

Давыдова Анастасия Андреевна