

Утверждаю

Директор
МОУ "СОШ №9"

/Семенова Вера Ивановна/

МЕНЮ

18 ноября 2024 г.

Сборник рецептур	№ 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С ЯБЛОКАМИ	200/5/20	17,87	0,10	4,90	9,60	83,00
2011	382	#ЖАКАО С МОЛОКОМ	200	13,50	0,00	0,00	19,40	77,00
2008		БАНАН	200	50,19	2,90	1,00	39,90	182,00
		Шоколад Аленка 90 гр	90	85,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	32,99	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	12,21	10,10	9,20	73,70	418,00
Итого				211,76	13,10	15,10	142,60	760,00
СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше]								
Завтрак								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	14,43	1,90	2,30	13,90	84,00
2011	204	#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15	12,91	5,60	6,00	14,80	137,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	4,58	0,80	3,00	3,00	42,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	4,23	0,00	0,00	14,50	58,00
Итого				36,15	8,30	11,30	46,20	321,00
ОВЗ [12 лет и старше]								
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С ЯБЛОКАМИ	200/5/20	18,16	0,10	5,20	9,90	87,00
2008		БАНАН	200	50,20	2,90	1,00	39,90	182,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	12,21	10,10	9,40	74,10	421,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	4,01	0,00	0,00	14,80	59,00
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	14,39	1,90	2,00	13,90	81,00
2011	204	#МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15	13,10	5,60	6,20	14,90	139,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	4,58	0,80	3,00	3,00	42,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	4,23	0,00	0,00	14,80	59,00
Итого				120,88	21,40	26,80	185,30	1 070,00
Абонементное питание [12 лет и старше]								
Завтрак								
		Шоколад Аленка 90 гр	90	99,00	0,10	0,30	0,50	5,00
2011	309	#МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,16	5,90	3,60	37,60	207,00
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	2,88	0,80	3,10	3,00	43,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	32,99	0,00	0,00	0,00	0,00
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	41,02	6,90	5,00	31,40	199,00
Итого				182,06	13,70	12,00	72,50	454,00
Диетическое питание								
Завтрак								
	113	ХЛЕБ ДОМАШНИЙ	40	4,58	1,70	5,10	11,70	99,00
2022	ТК №7	#ЧАЙ С САХАРОМ	200	4,23	0,00	0,00	14,50	58,00
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,33	0,00	4,90	0,00	44,00
2011	294	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	32,56	10,80	7,10	38,90	263,00
2008		БАНАН	160	40,14	2,30	0,80	31,90	146,00
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	9,60	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	32,99	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				131,43	14,80	17,90	97,00	610,00