

Утверждаю

Директор

МОУ "СОШ №9"

/Семенова Вера Ивановна/

МЕНЮ

28 января 2025 г.

| Сбор-ник рецеп-тур | № 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 | 294 | Котлета Мясная | 90 | 60,02 | 18,40 | 15,10 | 5,50 | 234,00 | | | | | |
| 2008 | 323 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 8,15 | 2,80 | 2,50 | 28,30 | 147,00 | | | | | |
| 2011 | 346 | = Компот из вишни | 200 | 11,15 | 0,20 | 0,10 | 22,20 | 90,00 | | | | | |
| 2008 | | Огурец свежий крупным куском | 60 | 20,10 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 | | | | | |
| 2024 | 1 | =Хлеб домашний | 20 | 0,80 | 2,20 | 0,30 | 14,10 | 68,00 | | | | | |
| Итого | | | | 100,22 | 24,10 | 18,10 | 71,60 | 547,00 | | | | | |
| СВО.Многодетные.Малоимущие [12 лет и старше] | | | | | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | Щи из свежей капусты | 200 | 19,92 | 6,70 | 4,50 | 5,80 | 91,00 | | | | | |
| 2011 | 259 | Бедро тушенное с овощами | 160/20 | 56,25 | 32,10 | 19,70 | 3,20 | 313,00 | | | | | |
| 2008 | 335 | Пюре картофельное | 100 | 10,21 | 2,10 | 2,40 | 14,10 | 86,00 | | | | | |
| 2011 | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,74 | 0,00 | 0,00 | 14,60 | 58,00 | | | | | |
| 2024 | 1 | =Хлеб домашний | 40 | 1,61 | 4,30 | 0,50 | 28,30 | 135,00 | | | | | |
| Итого | | | | 89,73 | 45,20 | 27,10 | 66,00 | 683,00 | | | | | |
| ОВЗ [12 лет и старше] | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | 294 | Котлета Мясная | 100 | 66,99 | 20,60 | 16,90 | 6,30 | 262,00 | | | | | |
| 2008 | 323 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 10,25 | 0,10 | 7,00 | 0,10 | 64,00 | | | | | |
| 2008 | | Огурец свежий крупным куском | 60 | 20,10 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 | | | | | |
| 2011 | 346 | = Компот из вишни | 200 | 11,15 | 0,20 | 0,10 | 22,20 | 90,00 | | | | | |
| 2024 | 1 | =Хлеб домашний | 40 | 1,59 | 4,20 | 0,50 | 28,30 | 135,00 | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | Щи из свежей капусты | 180 | 17,59 | 5,80 | 4,10 | 4,80 | 79,00 | | | | | |
| 2011 | 259 | Бедро тушенное с овощами | 140/20 | 50,88 | 28,60 | 17,50 | 3,10 | 280,00 | | | | | |
| 2008 | 335 | Пюре картофельное | 100 | 8,72 | 1,70 | 2,10 | 12,50 | 75,00 | | | | | |
| 2011 | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,76 | 0,00 | 0,00 | 14,80 | 59,00 | | | | | |
| 2024 | 1 | =Хлеб домашний | 20 | 0,79 | 2,20 | 0,30 | 14,10 | 68,00 | | | | | |
| Итого | | | | 189,82 | 63,90 | 48,60 | 107,70 | 1 120,00 | | | | | |
| Аbonементное питание [12 лет и старше] | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | 259 | Бедро тушенное с овощами | 180/20 | 61,06 | 37,60 | 22,60 | 3,50 | 362,00 | | | | | |
| 2008 | 335 | Пюре картофельное | 150 | 24,22 | 3,60 | 8,70 | 22,10 | 181,00 | | | | | |
| 2011 | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,74 | 0,00 | 0,00 | 14,50 | 58,00 | | | | | |
| 2024 | 1 | =Хлеб домашний | 40 | 1,61 | 4,30 | 0,50 | 28,30 | 135,00 | | | | | |
| Итого | | | | 88,64 | 45,50 | 31,80 | 68,40 | 736,00 | | | | | |
| Диетическое питание | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 2011 | 259 | Бедро тушенное с овощами | 180/20 | 61,57 | 37,70 | 22,60 | 3,90 | 364,00 | | | | | |
| 2008 | 323 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 0,00 | 26,00 | | | | | |
| 2008 | | Огурец свежий крупным куском | 100 | 35,18 | 0,80 | 0,10 | 2,40 | 14,00 | | | | | |
| 2024 | 1 | =Хлеб домашний | 20 | 1,12 | 2,20 | 0,30 | 18,40 | 85,00 | | | | | |
| 2011 | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1,74 | 0,00 | 0,00 | 14,50 | 58,00 | | | | | |
| Итого | | | | 99,60 | 40,70 | 25,90 | 39,20 | 547,00 | | | | | |