УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 9
_____Ю.А. Шевченко
ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ
На 18.10. 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из квашеной капусты	40	0,40	2,02	2,68	30,69	
Отбивная из мяса курицы	100	12,29	13,05	11,16	213	
Пюре картофельное	100	1,85	2,92	11,90	81,59	
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47	
Итого	**590**	**19,25**	**18,83**	**80,19**	**563,6**	**110,94**
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп с макаронами	200	2,30	2,36	16,56	97,64	
Котлета домашняя	100	15,58	18,43	13,07	275,9	
Рагу из овощей	200	3,58	11,54	19,58	198,3	
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	
ИТОГО	**765**	**26,52**	**32,94**	**102,64**	**800,54**	**155,31**

МЕНЮ
На 18.10. 2024 года

Возрастная категория от 12 и старше						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из квашеной капусты	60	0,59	3,03	4,02	46,04	
Отбивная из мяса курицы	100	12,29	13,05	11,16	213	
Пюре картофельное	150	2,78	4,38	17,85	122,38	
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47	
Итого	**680**	**21,63**	**21,47**	**97,29**	**662,5**	**121,82**
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Суп с макаронами	250	2,87	2,95	20,70	122,05	
Котлета домашняя	100	15,58	18,43	13,07	275,9	
Рагу из овощей	250	4,47	14,42	24,47	247,88	
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	

Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	
ИТОГО	**860**	**27,26**	**36,33**	**109,41**	**863,89**	**175,34**