



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

МЕНЮ  
 На 22.01.2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
Рагу из птицы	250	13,3	12,21	21,7	297,1	
Бутерброд с сыром	50	6,74	7,48	17,22	139,4	
Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	
Хлеб пшеничный	30	1,92	0,24	14,76	68,88	
<b>ИТОГО</b>	<b>630</b>	<b>22,66</b>	<b>20,33</b>	<b>70,18</b>	<b>580,28</b>	<b>100,45</b>
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка и з огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,2	
Борщ с капустой	205	1,54	4,74	8,95	91	
Каша вязкая ячневая	150	3,24	4,22	20,82	134,2	
Шницель из свинины	144	12,4	17,8	16,47	369	
Компот из яблок	200	0,2	0,1	10,2	42,5	
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	
<b>Итого</b>	<b>819</b>	<b>21,32</b>	<b>27,47</b>	<b>86,36</b>	<b>778,05</b>	<b>123,70</b>

МЕНЮ  
 На 22.01.2024 года

Возрастная категория от 12 и старше						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
Рагу из птицы	280	20,5	17,04	24,32	322,8	
Бутерброд с сыром	70	7,21	7,8	19,13	184,9	
Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	
<b>ИТОГО</b>	<b>685</b>	<b>30,33</b>	<b>25,59</b>	<b>76,43</b>	<b>669,35</b>	<b>106,65</b>
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка и з огурцов	100	0,7	0,1	1,9	12	
Борщ с капустой	255	1,9	5,73	11,14	111,7	
Каша вязкая ячневая	180	3,89	5,07	24,98	161,1	
Шницель из свинины	160	13,82	30,92	18,3	410	
Компот из яблок	200	0,2	0,1	10,2	42,5	
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	
<b>Итого</b>	<b>965</b>	<b>24,67</b>	<b>42,55</b>	<b>100,22</b>	<b>894,41</b>	<b>123,70</b>

