



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 9

Ю.А. Шевченко

ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ

На 31.01.2024 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	
Пудинг	150	12,85	14,4	30,15	333,6	
Молоко сгущенное	30	1,5	0,8	16,56	88,26	
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
Бутерброд с сыром	40	5	5,9	12,3	98,74	
<b>ИТОГО</b>	<b>520</b>	<b>19,95</b>	<b>21,5</b>	<b>75,31</b>	<b>594,4</b>	<b>100,45</b>

#### Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из огурцов	0	0,42	0,06	1,14	7,2	
Суп с бобовыми	200	,24	4,8	12,7	110,96	
Азу из свинины	270	11,1	15	22,2	422,3	
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	
Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	
<b>ИТОГО</b>	<b>800</b>	<b>20,52</b>	<b>20,69</b>	<b>84,94</b>	<b>762,87</b>	<b>123,70</b>

МЕНЮ

На 31.01.2024 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	
Пудинг	180	15,4	17,3	36,2	400,3	
Молоко сгущенное	30	1,5	0,8	16,56	88,26	
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	
Бутерброд с сыром	45	6,1	6,1	12,3	116,84	
<b>ИТОГО</b>	<b>555</b>	<b>23,6</b>	<b>24,6</b>	<b>81,36</b>	<b>679,2</b>	<b>106,65</b>

#### Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из огурцов	100	0,7	0,1	1,9	12	
Суп с бобовыми	250	7,8	6	15,87	148,68	
Азу из свинины	300	15,63	16,63	26,61	488	
Хлеб пшеничный	40	2,56	0,32	19,68	91,84	
Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	18,84	87,76	
Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	
<b>ИТОГО</b>	<b>930</b>	<b>29,49</b>	<b>23,65</b>	<b>98,1</b>	<b>893,58</b>	<b>123,70</b>