



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 9

Ю.А. Шевченко

ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ

На 10.04. 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

| Завтрак | | | | | | |
|-----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Каша гречневая молочная | 220 | 9,70 | 11,51 | 40,83 | 305,69 | |
| Сыр | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,8 | |
| Чай с лимоном | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | |
| Мучное кондитерское изделие | 40 | 3,26 | 0,40 | 20,00 | 108 | |
| Хлеб пшен. | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 42,72 | |
| Итого: | 500 | 19,38 | 18,01 | 77,73 | 560,03 | 100,45 |
| Обед | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Суп картофельный | 200 | 19,38 | 18,01 | 77,73 | 560,03 | |
| Поджарка | 100 | 13,69 | 18,22 | 5,45 | 284,05 | |
| Капуста тушеная | 210 | 5,44 | 5,63 | 27,01 | 165,71 | |
| Кисель из сока | 200 | 0,06 | 0,06 | 24,64 | 99,2 | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | |
| Хлеб ржаной | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | |
| Мучное изделие | 40 | 3,20 | 0,40 | 20,00 | 108 | |
| ИТОГО | 780 | 25,46 | 26,87 | 107,39 | 792,02 | 123,70 |

МЕНЮ

На 10.04 2024 года

Возрастная категория от 12 и старше

| Завтрак | | | | | | |
|-----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Каша гречневая молочная | 250 | 11,02 | 13,08 | 46,40 | 347,37 | |
| Сыр | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,2 | |
| Чай с лимоном | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | |
| Мучное кондитерское изделие | 40 | 3,26 | 0,40 | 20,00 | 108 | |
| Хлеб пшен. | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | |
| Итого: | 550 | 23,81 | 22,63 | 88,13 | 659,47 | 106,65 |
| Обед | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Суп картофельный | 250 | 2,52 | 2,98 | 19,85 | 116,72 | |
| Поджарка | 100 | 13,69 | 18,22 | 5,45 | 284,05 | |
| Капуста тушеная | 250 | 6,47 | 6,70 | 32,15 | 197,28 | |
| Кисель из сока | 200 | 0,06 | 0,06 | 24,64 | 99,2 | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 | |
| Мучное изделие | 40 | 3,20 | 0,40 | 20,00 | 108 | |
| ИТОГО | 860 | 26,52 | 28,47 | 111,52 | 825,53 | 123,70 |

