



1 февраля 2023 г.



СОГЛАСОВАНО:

МБОУ Директор
СОШ 9 1 февраля 2023 г.

МЕНЮ ЕЖЕДНЕВНОЕ для обучающихся от 12 лет и старше (5-11 кл) (сезон зима-весна)

в т.ч. Дети с ОВЗ, Дети-инвалиды и Дети мобилизованных граждан

1 февраля 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,руб.	Цена,руб.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
			за род.плату	Б	Ж	У	
2 неделя (среда) завтрак							
Овощи натуральные соленные (огурцы)	60,00	3,93	3,93	0,48	0,05	1,75	10,00
Котлеты рубленые из птицы с соусом(90\30)	120,00	40,77	37,41	12,35	16,43	12,65	248,30
Каша вязкая (пшеничная)	150,00	24,71	20,71	4,14	4,48	23,70	131,25
Хлеб ржано-пшеничный	30,00	3,06	3,06	2,22	0,24	13,68	57,12
Хлеб пшеничный	40,00	3,08	3,08	3,04	0,32	19,16	95,20
Фруктовый чай (яблоко)	180,00	3,81	3,81	0,580	0,550	24,70	109,35
Итого	580,00	79,36	72,00	22,81	22,07	95,64	651,22
Норма по СанПин 20-25%				18-22,5	18,4-23	76,6-95	544-680
2 неделя (среда) обед							
Салат овощной	100,00	9,28	9,28	4,90	3,40	17,20	118,30
Суп картофельный с бобовыми	250,00	19,94	17,83	4,90	3,40	17,02	163,50
Суфле из кур с соусом	130,00	59,36	55,36	8,00	6,58	9,40	222,30
Каша вязкая (ячневая)	180,00	6,70	5,70	2,80	4,40	18,09	123,18
Чай с сахаром и молоком	200,00	7,13	5,13	1,52	1,35	15,90	81,00
Хлеб пшеничный	60,00	4,62	3,62	4,56	0,48	28,74	142,80
Хлеб ржано-пшеничный	40,00	4,08	3,08	2,96	0,32	18,24	95,20
Итого	960,00	111,11	100,00	29,64	19,93	124,59	946,28
Норма по СанПин 30 -35%				27--31,5	27,6--32	114,9--	816--952
2 неделя (среда) полдник							
Макарошник с печенью	200,00	53,94		22,73	12,69	19,69	255,00
Хлеб ржано-пшеничный	20,00	2,04		1,48	0,16	9,12	47,60
Хлеб пшеничный	20,00	1,54		1,520	0,160	9,58	47,60
Сок фруктовый, ягодный (виноградный)	200,00	21,84		1,00	0,00	20,20	84,80
Итого	440,00	79,36		26,73	13,01	58,59	435,00
Норма по СанПин 10 -15%				9--13,5	9,2--13,8	38,3-57	272-408