

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Кивандов А.С.

27 января 2023 г.

Кивандов

СОГЛАСОВАНО:

Директор

27 января 2023 г.

СОШ 9

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 мобилизованные граждане

27 января 2023 г.

Прием пищи, Наименование блюда	Выход порции	Цена,руб.	Цена,руб.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
			за род.плату	Б	Ж	У	
1 неделя (пятница) завтрак							
Салат из свеклы отварной	60,00	3,93	3,93	0,84	0,60	4,95	55,68
Фрикадельки из кур с соусом(80\50)	130,00	37,71	34,35	13,10	10,20	14,34	285,76
Каша вязкая (рисовая)	150,00	19,08	17,08	3,21	3,60	18,41	113,43
Чай с лимоном	200,00	3,53	3,53	0,13	0,02	15,20	62,00
Хлеб ржано-пшеничный	25,00	2,55	2,55	1,85	0,20	11,40	47,60
Бутерброд с маслом	40,00	12,56	10,56	2,36	7,49	14,89	136,00
Итого	605,00	79,36	72,00	21,49	22,11	79,19	700,47
Норма по СанПин 20-25%				18-22,5	18,4-23	76,6-95	544-680
1 неделя (пятница) обед							
Салат из моркови с яблоками	100,00	7,47	5,77	1,06	0,17	8,50	39,90
Борщ с капустой и картофелем со сметаной(250\5)	255,00	11,87	10,57	1,80	4,92	10,93	103,75
Тефтели с соусом (70\50)	120,00	35,50	34,50	9,60	10,65	12,67	185,55
Макаронные изделия отварные с сыром	205,00	37,36	29,60	9,54	13,92	34,11	334,40
Какао с молоком	200,00	11,75	10,40	4,07	3,540	17,57	118,60
Хлеб пшеничный	40,00	3,08	3,08	3,04	0,32	19,16	95,20
Хлеб ржано-пшеничный	40,00	4,08	3,08	2,96	0,32	18,24	95,20
Итого	960,00	111,11	97,00	32,07	33,84	121,18	972,60
Норма по СанПин 30 -35%				27--31,5	27,6--32	114,9--	816--952
1 неделя (пятница) полдник							
Капуста тушенная с яблоком	200,00	58,15		3,55	10,66	16,63	176,80
Компот из сухофруктов	180,00	5,37		1,36	1,01	11,93	60,75
Бутерброд с сыром	50,00	15,84		5,80	8,30	14,83	157,00
Итого	430,00	79,36		10,71	19,97	43,39	394,55
Норма по СанПин 10 -15%				9--13,5	9,2--13,	38,3-57	272-408