



МЕНЮ



МБОУ "СОШ №9"
10 сентября 2024 г.

Директор _____

Согласовано _____

| Номер сборника рецептов | Наименование блюд | Вес (г) | Цена (руб) | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность (ккал) |
|-------------------------|-------------------|---------|------------|-------|------|----------|---------------------|
|-------------------------|-------------------|---------|------------|-------|------|----------|---------------------|

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 462 | Плов из свинины | 200 | 59,6 | 16 | 13,7 | 36,2 | 342,8 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| 185 | Напиток из сока | 200 | 8,5 | 0 | 0 | 23,6 | 90 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 54 | 5,4 | 5,7 | 1,2 | 37,3 | 182 |
| ИТОГО : | | 504 | 75,00 | 22,10 | 15,80 | 100,00 | 636,80 |

Комплекс 75,00 руб - льготное питание М/О, М/Д, ТЖС

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|-------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 462 | Плов из свинины | 200 | 59,6 | 16 | 13,7 | 36,2 | 342,8 |
| ТТК 231 | Соус красный основной | 50 | 1,5 | 0,4 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| 185 | Напиток из сока | 200 | 8,5 | 0 | 0 | 23,6 | 90 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 54 | 5,4 | 5,7 | 1,2 | 37,3 | 182 |
| ИТОГО : | | 504 | 75,00 | 22,10 | 15,80 | 100,00 | 636,80 |

Обед детей 2 смена, обучающихся в 1-4 классах

| | | | | | | | |
|---------|---|-----------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| ТТК 98 | Щи из свежей капусты с курицей и сметаной | 200/12,5/ 10 | 21 | 4,7 | 7,2 | 7,6 | 111,2 |
| ТТК 145 | Плов из птицы (индейка) | 240 | 76,3 | 20,9 | 18,1 | 44,4 | 424,6 |
| ТТК 312 | Компот из черноплодной рябины | 200 | 9,5 | 0,3 | 0,1 | 20,2 | 79 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 57 | 5,7 | 6 | 1,3 | 39,3 | 192,1 |
| ИТОГО : | | 720 | 112,50 | 31,90 | 26,70 | 111,50 | 806,90 |

Обед

| | | | | | | | |
|---------|--|-----|--------|-------|-------|--------|--------|
| 44 | Салат "Витаминный" (капуста пек, морк.свеж, лук реп, перец, зел.гор) | 100 | 21,5 | 1,2 | 3,3 | 11,7 | 82 |
| ТТК6 | Бифштекс рубленый | 53 | 59,5 | 13,8 | 11,8 | 0 | 160,9 |
| ТТК 20 | Картофельное пюре | 150 | 19,5 | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 189 |
| ТТК183 | Компот из сухофруктов | 200 | 9,5 | 1,6 | 0,4 | 34,8 | 147,8 |
| 14 | Маффин с цукатами | 60 | 24,5 | 2,7 | 7,7 | 36,7 | 222 |
| ТТК 202 | Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки | 55 | 5,5 | 5,8 | 1,2 | 37,9 | 185,4 |
| ИТОГО : | | 618 | 140,00 | 28,30 | 32,70 | 142,90 | 987,10 |

Комплекс на 140 руб 2 смена

| | | | | | | | |
|---------|---|-----------------|--------|-------|-------|--------|----------|
| ТТК 98 | Щи из свежей капусты с курицей и сметаной | 200/12,5/ 10 | 21 | 4,7 | 7,2 | 7,6 | 111,2 |
| ТТК 145 | Плов из птицы (индейка) | 250 | 79,5 | 21,7 | 18,9 | 46,2 | 442,3 |
| ТТК 184 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 12,5 | 0,6 | 0,2 | 27 | 111 |
| ТТК 7 | Батон | 70 | 7 | 5 | 1,5 | 30 | 154 |
| ТТК 215 | Коржик молочный | 75 | 20 | 4,6 | 6,4 | 42 | 242 |
| ИТОГО : | | 818 | 140,00 | 36,60 | 34,20 | 152,80 | 1 060,50 |

Комплекс ОБЗ 146 руб - льготное питание

| | | | | | | | |
|---------|---|-----------------|------|------|------|------|-------|
| ТТК 98 | Щи из свежей капусты с курицей и сметаной | 200/12,5/ 10 | 21 | 4,7 | 7,2 | 7,6 | 111,2 |
| ТТК 145 | Плов из птицы (индейка) | 250 | 79,5 | 21,7 | 18,9 | 46,2 | 442,3 |
| ТТК 95 | Чай с сахаром | 200 | 3,5 | 0,2 | 0 | 20 | 77,7 |
| ТТК 7 | Батон | 45 | 4,5 | 3,2 | 1 | 19,3 | 99 |
| 302 | Каша гречневая молочная | 200 | 24,5 | 8,3 | 7,6 | 34,4 | 240 |