



**Ежедневное меню МКОУ Октябрьской СШ № 9 на 12.12.2023г.
Завтрак обед для учащихся 6-10 лет**

Раздел	№ рец	Наименование блюд	Выход (г.)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	54-11м-2020	Плов из говядины	200	94,37	348,3	15,3	14,7	38,6
				0				
гор.напиток	54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	9,02	27,9	0,3	0	6,7
хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
фрукты								
хлеб								
	54-13з-2020	Салат из свеклы	100	11,73	76	1,33	4,5	7,67
		Итого завтрак:	530	119,25	522,5	19,23	19,4	67,77
	54-25с-2020	Суп гороховый	200	45,03	110,92	6,52	2,8	14,92
	27	Курица запеченная	120	43,66	181,38	35,91	20,03	1,56
	54-1г-2020	Макароны	150	7,99	196,8	5,4	4,9	32,8
	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	7,72	26,8	0,2		6,5
	54-3соус-2020	Соус красный основной	80	6,17	70,8	3,3	2,4	8,9
		Итого обед:	810	119,93	708,2	55,63	30,73	89,48
		Итого день:		239,18				

Завтрак обед для учащихся 11-18 лет

гор.блюдо	54-11м-2020	Плов из говядины	200	94,37	348,3	15,3	14,7	38,6
	0		0	0	0	0	0	0
гор.напиток	54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	9,02	27,9	0,3	0	6,7
хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
фрукты	0		0	0	0	0	0	0
хлеб	0		0	0	0	0	0	0
	0 54-13з-2020	Салат из свеклы	100	11,73	76	1,33	4,5	7,67
		Итого завтрак:	530	119,25	522,5	19,23	19,4	67,77
	54-25с-2020	Суп гороховый	200	45,03	110,92	6,52	2,8	14,92
	27	Курица запеченная	120	43,66	181,38	35,91	20,03	1,56
	54-1г-2020	Макароны	150	7,99	196,8	5,4	4,9	32,8
	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	7,72	26,8	0,2	0	6,5
	54-3соус-2020	Соус красный основной	80	6,17	70,8	3,3	2,4	8,9
		Итого обед:	810	119,93	708,2	55,63	30,73	89,48
		Итого день:		239,18				

Буфетная продукция

		Ватрушка с творогом	60,00	19,14				

Александр

