



**Ежедневное меню МКОУ Октябрьской СШ № 9 на 01.12.2023г.*
Завтрак обед для учащихся 6-10 лет**

Раздел	№ рсц	Наименование блюд	Выход (г.)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	54-9к-2020	Каша манная молочная	200	19,01	174,3	5,3	5,7	25,3
гор.блюдо				0				
гор.напиток	54-21гн-2020	Какао с молоком	200	18,55	104	0,52	0,34	27,62
хлеб	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
фрукты	п/р	Яблоко	180	20	53,3	0,5	0,5	11,8
	п/р	сыр	30	21,6	107,5	7,5	9,5	
		Итого завтрак:	640	84,39	490,3	15,82	16,44	74,72
	113	Суп лапша на курином бульоне	200	21,15	115,75	2,56	5,54	11,62
	54-22м-2020	Рагу из курицы	200	41,43	217,4	20,9	7	17,6
	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
	п/р	Сок	200	18	86,6	1	0,2	20,2
	5574-20з-2020	Горошек зеленый	60	6,75	22,1	1,8	0,1	3,6
		Итого обед:	720	96,69	563,35	30,56	13,44	77,82
		Итого день:		181,08				

Завтрак обед для учащихся 11-18 лет

гор.блюдо	54-9к-2020	Каша манная молочная	200	19,01	174,3	5,3	5,7	25,3
гор.напиток	54-21гн-2020	Какао с молоком	200	18,55	104	0,52	0,34	27,62
фрукты	п/р	Яблоко	180	20	53,3	0,5	0,5	11,8
	0 п/р	сыр	30	21,6	107,5	7,5	9,5	0
		Итого завтрак:	610	79,16	439,1	13,82	16,04	64,72
	113	Суп лапша на курином бульоне	200	21,15	115,75	2,56	5,54	11,62
	54-22м-2020	Рагу из курицы	200	41,43	217,4	20,9	7	17,6
	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
	п/р	Сок	200	18	86,6	1	0,2	20,2
	5574-20з-2020	Горошек зеленый	60	6,75	22,1	1,8	0,1	3,6
		Итого обед:	720	96,69	563,35	30,56	13,44	77,82
		Итого день:		175,85				

Буфетная продукция

		Булка	60,00	12,00				

Алла



