



**Ежедневное меню МКОУ Октябрьской СШ № 9 на 11.12.2023г.  
Завтрак обед для учащихся 6-10 лет**

Раздел	№ рец	Наименование блюд	Выход (г.)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшениая	200	16,01	274,9	8,3	10,2	37,6
				0				
гор.напиток	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	7,02	26,8	0,2		6,5
хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
фрукты	п/р	Яблоко	180	20	53,3	0,5	0,5	11,8
хлеб								
	п/р	Кефир	180	19	106,2	5,22	5,76	7,2
		<b>Итого завтрак:</b>	<b>790</b>	<b>66,16</b>	<b>531,5</b>	<b>16,52</b>	<b>16,66</b>	<b>77,9</b>
	54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	200	46,06	92,2	4,62	5,62	5,72
	54-18н-2020	Печень по строгановски	80	37,42	189,2	13,4	12,6	5,8
	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,76	233,7	8,3	6,3	36
	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	140,6	4,6	0,4	29,6
	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
	54-1хн-2020	Компот	200	5,9	81	0,5	0	19,8
		<b>Итого обед:</b>	<b>690</b>	<b>106,50</b>	<b>787,9</b>	<b>33,42</b>	<b>25,32</b>	<b>106,92</b>
		<b>Итого день:</b>		<b>172,66</b>				

**Завтрак обед для учащихся 11-18 лет**

гор.блюдо	54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшениая	200	16,01	274,9	8,3	10,2	37,6
гор.напиток	54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	7,02	26,8	0,2	0	6,5
хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
фрукты	п/р	Яблоко	180	20	53,3	0,5	0,5	11,8
	0 п/р	Кефир	180	19	106,2	5,22	5,76	7,2
		<b>Итого завтрак:</b>	<b>790</b>	<b>66,16</b>	<b>531,5</b>	<b>16,52</b>	<b>16,66</b>	<b>77,9</b>
	54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	200	46,06	92,2	4,62	5,62	5,72
	54-18н-2020	Печень по строгановски	80	37,42	189,2	13,4	12,6	5,8
	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,76	233,7	8,3	6,3	36
	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	140,6	4,6	0,4	29,6
	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
	54-1хн-2020	Компот	200	5,9	81	0,5	0	19,8
		<b>Итого обед:</b>	<b>690</b>	<b>106,50</b>	<b>787,9</b>	<b>33,42</b>	<b>25,32</b>	<b>106,92</b>
		<b>Итого день:</b>		<b>172,66</b>				

**Буфетная продукция**

		Булка	60,00	12,00				

*Александр*



