

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МКОУ  
 Октябрьской СШ №9  
 О.С. Белов  
 " 2023 г.

Ежедневное меню МКОУ Октябрьской СШ № 9 на 20.12.2023г.  
 Завтрак обед для учащихся 6-10 лет

Раздел	№ рецепта	Наименование блюд	Выход (г.)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	39	Запеканка рисовая с творогом	220	26,6	170	10,49	9,93	56,59
	п/р	Сметана	30	9,75	110	0,72	7,5	0,96
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				
фрукты	п/р	апельсин	200	27	115	2,1	0,4	9,6
хлеб	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
		<b>Итого завтрак:</b>	<b>710</b>	<b>79,73</b>	<b>473</b>	<b>15,51</b>	<b>18,23</b>	<b>83,65</b>
	54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	52,09	125,52	4,74	5,8	13,62
	54-27м-2020	Капуста тушеная с мясом птицы	200	31,41	182,9	16,8	8,2	10,4
	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
	54-1хн-2020	Компот	200	5,9	100,4	4,6	3,6	12,6
		<b>Итого обед:</b>	<b>660</b>	<b>98,76</b>	<b>530,32</b>	<b>30,44</b>	<b>18,2</b>	<b>61,42</b>
		<b>Итого день:</b>		<b>178,49</b>				

Завтрак обед для учащихся 11-18 лет

гор.блюдо	39	Запеканка рисовая с творогом	220	26,6	170	10,49	9,93	56,59
0	п/р	Сметана	30	9,75	110	0,72	7,5	0,96
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	0	0	0	0
фрукты	п/р	апельсин	200	27	115	2,1	0,4	9,6
хлеб	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
		<b>Итого завтрак:</b>	<b>710</b>	<b>79,73</b>	<b>473</b>	<b>15,51</b>	<b>18,23</b>	<b>83,65</b>
	54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	52,09	125,52	4,74	5,8	13,62
	54-27м-2020	Капуста тушеная с мясом птицы	200	31,41	182,9	16,8	8,2	10,4
	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
	54-1хн-2020	Компот	200	5,9	100,4	4,6	3,6	12,6
		<b>Итого обед:</b>	<b>660</b>	<b>98,76</b>	<b>530,32</b>	<b>30,44</b>	<b>18,2</b>	<b>61,42</b>
		<b>Итого день:</b>		<b>178,49</b>				

Буфетная продукция

		Булка	60,00	12,00				

*Александр*

