



Ежедневное меню МКОУ Октябрьской СШ № 9 на 23.11.2023г.
Завтрак обед для учащихся 6-10 лет

Раздел	№ рец	Наименование блюд	Выход (г.)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	1122366	Макароны запеченные с сыром	200	17,88	312	11	8	49
	54-21з-2020	Кукуруза сахарная	60	6,75	31	1	0	6
гор.напиток	54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	14,16	86	4	3	11
хлеб	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51	2	0	10
фрукты								
	53-19з-2020	Масло	10	7,2	66,1	0,1	7,2	0,1
		Итого завтрак:	500	51,22	546,1	18,1	18,2	76,1
1 блюдо	54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	52,09	125,52	4,74	5,8	13,62
2 блюдо	27	Курица запеченная	120	43,66	181,38	35,91	20,03	1,56
гарнир	54-6г-2020	Рис	150	7,56	203,5	3,7	4,8	36,5
напиток	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
хлеб бел.	54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	9,02	27,9	0,3	0	6,7
хлеб черн.	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
		Итого обед:	730	121,69	659,8	48,95	31,23	83,18
		Итого день:		172,91				

Завтрак обед для учащихся 11-18 лет

гор.блюдо	1122366	Макароны запеченные с сыром	200	17,88	312,28	11,14	8,08	48,73
	0 54-21з-2020	Кукуруза сахарная	60	6,75	31,3	1,2	0,2	6,1
гор.напиток	54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	14,16	86	3,8	2,9	11,3
хлеб	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
фрукты	0		0	0	0	0	0	0
	0 53-19з-2020	Масло	10	7,2	66,1	0,1	7,2	0,1
		Итого завтрак:	500	51,22	546,88	18,24	18,78	76,23
1 блюдо	54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	52,09	125,52	4,74	5,8	13,62
2 блюдо	27	Курица запеченная	120	43,66	181,38	35,91	20,03	1,56
гарнир	54-6г-2020	Рис	150	7,56	203,5	3,7	4,8	36,5
напиток	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	70,3	2,3	0,2	14,8
хлеб бел.	54-3гн-2020	Чай с лимоном	200	9,02	27,9	0,3	0	6,7
хлеб черн.	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
		Итого обед:	730	121,69	659,8	48,95	31,23	83,18
		Итого день:		172,91				

Буфетная продукция

		Ватрушка с творогом	60,00	19,14				

Александр

