



Ежедневное меню МКОУ Октябрьской СШ № 9 на 30.11.2023г.
 Завтрак обед для учащихся 6-10 лет

Раздел	№ рец	Наименование блюд	Выход (г.)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
гор.блюдо	54-28м-2020	Жаркое по домашнему из курицы	200	47,25	225,7	14,4	7,8	17,6
гор.блюдо								
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	140,6		0,4	29,6
фрукты								
	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
	53-19з-2020	Масло	10	7,2	66,1	0,1	7,2	0,1
	5574-20з-2020	Горошек зеленый	60	6,75	22,1	1,8	0,1	3,6
		Итого завтрак:	530	77,58	532,5	18,5	15,9	67,4
	54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	200	46,06	92,2	4,62	5,62	5,72
	54-4о-2020	Омлет с сыром	150	52,38	316	19	25,4	3
	54-20з-2020	Зеленый горошек	30	6,75	11,05	0,85	0,05	1,75
	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	140,6	4,6	0,4	29,6
	54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	7,8	65,3	0,6	0,2	15,2
	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
		Итого обед:	640	122,35	676,35	31,67	32,07	65,27
		Итого день:		199,93				

Завтрак обед для учащихся 11-18 лет

гор.блюдо	54-28м-2020	Жаркое по домашнему из курицы	200	47,25	225,7	14,4	7,8	17,6
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	140,6	0	0,4	29,6
фрукты								
	0 п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
	0 53-19з-2020	Масло	10	7,2	66,1	0,1	7,2	0,1
	0 5574-20з-2020	Горошек зеленый	60	6,75	22,1	1,8	0,1	3,6
		Итого завтрак:	530	77,58	532,5	18,5	15,9	67,4
	54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	200	46,06	92,2	4,62	5,62	5,72
	54-4о-2020	Омлет с сыром	150	52,38	316	19	25,4	3
	54-20з-2020	Зеленый горошек	30	6,75	11,05	0,85	0,05	1,75
	п/р	Хлеб пшеничный	30	4,13	140,6	4,6	0,4	29,6
	54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	7,8	65,3	0,6	0,2	15,2
	п/р	Хлеб ржаной	30	5,23	51,2	2	0,4	10
		Итого обед:	640	122,35	676,35	31,67	32,07	65,27
		Итого день:		199,93				

Буфетная продукция

		Булка	50,00	12,00				

Аллен

