

ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор школы № 9

*Е.Н. Черная*

# МЕНЮ

" 15 " 01 2025 г.

12-18 лет

8 день

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                                  |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 3                | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 42    | 31,11         | 4,90              | 7,40    | 12,70            | 137,00                                   |
| 2011                          | 175              | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ<br>РИСА И ПШЕНА          | 235   | 37,88         | 6,70              | 12,40   | 37,60            | 289,00                                   |
| 2021                          | 8/1              | ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200   | 2,42          | 0,40              | 0,00    | 10,50            | 44,00                                    |
| 2011                          | 338              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                           | 100   | 21,32         | 0,40              | 0,40    | 9,80             | 47,00                                    |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 40    | 2,88          | 3,10              | 0,30    | 20,10            | 95,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 95,61         | 15,50             | 20,50   | 90,70            | 612,00                                   |
| Обед                          |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 103              | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                        | 100   | 10,28         | 1,60              | 5,10    | 6,80             | 82,00                                    |
| 2011                          | 102              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ                   | 250   | 11,58         | 5,70              | 5,40    | 18,90            | 147,00                                   |
| 2005                          | 240              | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (100/5) | 105   | 50,55         | 14,10             | 6,10    | 9,50             | 150,00                                   |
| 2011                          | 310              | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                               | 180   | 32,50         | 3,50              | 5,70    | 28,50            | 180,00                                   |
| 2008                          | 411              | КИСЕЛЬ                                           | 200   | 6,44          | 0,10              | 0,10    | 27,90            | 113,00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 50    | 3,00          | 3,80              | 0,30    | 25,10            | 118,00                                   |
| 2008                          |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 60    | 4,00          | 4,00              | 0,50    | 25,40            | 122,00                                   |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 118,35        | 32,80             | 23,20   | 142,10           | 912,00                                   |
| Полдник                       |                  |                                                  |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2023                          | 63               | СЛОЙКА С КЛЮКВОЙ                                 | 70    | 41,97         | 3,80              | 10,30   | 19,00            | 207,00                                   |
| 2011                          | 386              | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ЙОГУРТ)                | 200   | 23,18         | 5,60              | 5,00    | 9,00             | 113,00                                   |
| 2011                          | 338              | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)                            | 100   | 33,94         | 0,40              | 0,30    | 10,30            | 47,00                                    |
| Итого                         |                  |                                                  |       | 99,09         | 9,80              | 15,60   | 38,30            | 367,00                                   |
| Всего                         |                  |                                                  |       | 313,05        | 58,10             | 59,30   | 271,10           | 1 891,00                                 |

Повар

*Черная Е.Н.*