

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 15  
 Разина А.В.

ФИО, подпись (М.П.)

МЕНЮ 9 день  
 на 21.11.2024 года



**Возрастная категория от 7 до 11 лет № 15**

**Завтрак**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Икра кабачковая промыш, производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	9,64
Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	113,90
Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	13,21
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,02
Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	6,81
Фрукты свежие яблоко	100	0,40	0,30	10,30	47	13,00
<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>19,66</b>	<b>21,39</b>	<b>73,55</b>	<b>577,9</b>	<b>158,59</b>

**Обед**

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	10,82
Морковь тушенная с луком	60	0,74	0,05	12,29	49,02	5,14
Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	53,19
Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	11,92
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	9,62
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	2,69
Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	2,48
<b>ИТОГО</b>	<b>790</b>	<b>24,92</b>	<b>18,20</b>	<b>130,32</b>	<b>785,92</b>	<b>95,86</b>

Старший повар \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 15  
 Разина А.В.  
 ФИО, подпись, (М.П. № 15)

МЕНЮ 9 день  
 на 21.11.2024 года

<b>Возрастная категория от 12 и старше</b>						
<b>Завтрак</b>						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Икра кабачковая промыш, производства**	60	0,00	3,00	4,20	54	10,31
Омлет с сыром	200	18,44	21,42	3,36	283,36	121,34
Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	13,21
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	3,02
Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	6,81
Фрукты свеж. яблоко	100	0,40	0,30	10,30	47	13,00
<b>Итого</b>	<b>645</b>	<b>22,44</b>	<b>25,17</b>	<b>68,55</b>	<b>622,48</b>	<b>167,70</b>
<b>Обед</b>						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Борщ	250	1,80	5,10	10,65	96,08	13,99
Морковь тушеная с луком	100	1,23	0,09	20,48	81,7	10,86
Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	53,19
Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	180	9,11	6,23	50,42	281,27	14,31
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	9,62
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	2,69
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	1,91
<b>ИТОГО</b>	<b>900</b>	<b>26,82</b>	<b>20,23</b>	<b>144,06</b>	<b>863,3</b>	<b>106,56</b>

Старший повар \_\_\_\_\_



