

Утверждаю

Директор школы № 9

Ф.И.О. *И.И. Урадова*



МЕНЮ

" 12 " марта 2025 г.

7-11 лет

8ден6

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2005	491-05	Плов из птицы	150		14,60	16,90	23,90	306,00
2005	352-05	Какао с молоком	200		3,76	3,20	26,70	150,00
	108-13	Пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	46,88
2005	338-05	Фрукты свежие	120		0,47	0,00	15,12	62,40
	109-13	Ржаной	20		1,32	0,24	7,92	34,16
2005	70-05	Овощи натуральные (соленные)	60		0,50	0,12	1,90	10,80
Итого			570		22,17	20,62	85,38	610,24
Обед								
2004	78-05	Икра свекольная	60		1,44	4,26	6,24	69,00
2004	132-04	Рассольник ленинградский со сметаной (200/10)	210		3,24	7,00	20,42	160,00
2004	211-04	Омлет с сыром	150		17,20	30,00	14,20	395,00
		Кисель	200		0,00	0,00	18,40	73,60
	108-13	Пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	93,76
	109-13	Ржаной	30		1,98	0,36	11,88	51,24
2005	338-05	Фрукты свежие	120		0,47	0,00	15,12	62,40
Итого			810		27,37	41,94	105,94	905,00
Полдник								
2004	354/355-05	Вареники ленивые со сметаной	150		18,30	12,90	19,20	332,70
		Кисломолочный напиток (йогурт)	200		5,60	6,40	7,60	110,00
Итого			350		23,90	19,30	26,80	442,70
Итого			1730		73,44	81,86	218,12	1 957,94

Повар *Ирина Александровна Федосова*

Утверждаю

Директор школы № 9

И.И. Мурадова



МЕНЮ

" 12 " *марта* 2025 г.

12-18 лет

8 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2005	291-05	Плов из птицы	225		21,90	25,30	35,80	459,00
2005	382-05	Какао с молоком	200		3,76	3,20	26,70	150,00
	108-13	Пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	93,76
2005	338-05	Фрукты свежие	120		0,47	0,00	15,12	62,40
	109-13	Ржаной	30		1,98	0,36	11,88	51,24
2005	70-05	Овощи натуральные (соленные)	100		0,80	0,20	3,10	18,00
Итого			715		31,95	29,38	112,28	834,40
Обед								
2004	78-04	Икра свекольная	100		2,40	7,10	10,40	115,00
2004	132-04	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10)	250		4,00	8,70	25,50	200,00
2005	211-05	Омлет с сыром	200		22,90	40,00	18,90	526,60
		Кисель	200		0,00	0,00	18,40	73,60
	108-13	Пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	93,76
	109-13	Ржаной	36		2,38	0,43	14,26	61,49
2005	338-05	Фрукты свежие	120		0,47	0,00	15,12	62,40
Итого			946		35,19	56,55	122,26	1 132,85
Полдник								
2004	354/355-05	Вареники ленивые со сметаной (130/20)	150		18,30	12,90	19,20	332,70
		Кисломолочный напиток (йогурт)	200		5,60	6,40	7,60	110,00
Итого			350		23,90	19,30	26,80	442,70
Итого			2011		91,04	105,23	261,34	2 409,95

Повар

Алиф

Александрова М.С.

Контрольное блюдо
Завтрак

