Согласовано: Утверждаю:

Директор МОБУ СОШ №9 Директор ООО « Кубанская степь»

­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дорошенко Т.В \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Попов С.Н

15.01.2024г

Меню 7-11 лет

День 6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием**  **пищи** | **Наименование**  **блюда** | Выход  блюда | **калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Завтрак | Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом) | 220 | 305,69 | 9,70 | 11,51 | 40,83 |
|  | Сыр (порциями) (Российский) | 20 | 72,8 | 4,64 | 5,90 | 0,00 |
|  | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 30,82 | 0,26 | 0,00 | 7,24 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 42,72 | 1,58 | 0,20 | 9,66 |
|  | Мучное кондитерское изделие (кекс)\*\*\* | 40 | 108 | 3,20 | 0,40 | 20,00 |
|  | Итого | **500** | **560,03** | **19,38** | **18,01** | **77,73** |
|  | Цена | 73,23 |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием**  **пищи** | **Наименование**  **блюда** | Выход  блюда | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| обед | Суп картофельный | 200 | 93,38 | 2,02 | 2,38 | 15,88 |
|  | Поджарка (свинина) | 100 | 284,05 | 13,69 | 18,22 | 5,45 |
|  | Капуста тушеная (из свежей капусты) | 210 | 165,71 | 5,44 | 5,63 | 27,01 |
|  | Кисель из сока плодового с сахаром | 200 | 99,2 | 0,06 | 0,06 | 24,64 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 64,08 | 2,37 | 0,30 | 14,49 |
|  | Хлеб ржаной | 40 | 85,6 | 1,88 | 0,28 | 19,92 |
|  | Мучное кондитерское изделие (кекс)\*\*\* | 40 | 108 | 3,20 | 0,40 | 20,00 |
|  | Итого | **780** | **792,02** | **25,46** | **26,87** | **107,39** |
|  | Цена | 162,97 |  |  |  |  |

Согласовано: Утверждаю:

Директор МОБУ СОШ №9 Директор ООО « Кубанская степь»

­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дорошенко Т.В \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Попов С.Н

15.01.2024г

Меню 12-18 лет

День 6

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием**  **пищи** | **Наименование**  **блюда** | Выход  блюда | **калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Завтрак | Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом) | 250 | 347,37 | 11,02 | 13,08 | 46,40 |
|  | Сыр (порциями) (Российский) | 30 | 109,2 | 6,96 | 8,85 | 0,00 |
|  | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 30,82 | 0,26 | 0,00 | 7,24 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 64,08 | 2,37 | 0,30 | 14,49 |
|  | Мучное кондитерское изделие (кекс) | 40 | 108 | 3,20 | 0,40 | 20,00 |
|  | Итого | **550** | **659,47** | **23,81** | **22,63** | **88,13** |
|  | Цена | **84,58** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием**  **пищи** | **Наименование**  **блюда** | Выход  блюда | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| обед | Суп картофельный | 250 | 116,72 | 2,52 | 2,98 | 19,85 |
|  | Поджарка (свинина) | 100 | 284,05 | 13,69 | 18,22 | 5,45 |
|  | Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед) | 250 | 197,28 | 6,47 | 6,70 | 32,15 |
|  | Кисель из сока плодового с сахаром | 200 | 99,2 | 0,06 | 0,06 | 24,64 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 64,08 | 2,37 | 0,30 | 14,49 |
|  | Хлеб ржаной | 30 | 64,2 | 1,41 | 0,21 | 14,94 |
|  | Мучное кондитерское изделие (кекс) | 40 | 108 | 3,20 | 0,40 | 20,00 |
|  | Итого | **860** | **825,53** | **26,52** | **28,47** | **111,52** |
|  | Цена | **183,27** |  |  |  |  |