

ООО "АБК-ПЭЙМЕНТ"

Меню на 13.05.2026 год

Средняя общеобразовательная школа №9

| | стои-ть | выход | белки | жиры | угл-ды | ккал. |
|---|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Завтрак (младшие) | | | | | | |
| Фрукты (яблоки) | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Каша пшеничная молочная | | 200 | 15,60 | 16,97 | 35,95 | 351,50 |
| Чай с сахаром и лимоном | | 187/8/5 | 0,13 | 0,02 | 8,20 | 34,02 |
| Батон нарезной | | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Итого | | 550 | 19,88 | 18,84 | 79,65 | 563,52 |
| Обед (младшие) | | | | | | |
| Суп картофельный с вермишелью | | 200 | 6,15 | 7,47 | 9,06 | 204,60 |
| Котлеты из говядины с овощами | | 75/25 | 10,58 | 10,98 | 16,21 | 195,2 |
| Каша гречневая (вязкая) | | 153 | 4,60 | 7,19 | 39,56 | 165,3 |
| Напиток из сухофруктов | | 200 | 0,70 | 0,10 | 22,03 | 92,90 |
| Хлеб пшеничный | | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,20 |
| Итого: | | 713 | 26,19 | 26,38 | 112,54 | 784,20 |
| Всего: | 139,01 | 1263 | 46,07 | 45,22 | 192,19 | 1347,72 |
| Горячий завтрак (младшие) | | | | | | |
| Фрукты (яблоки) | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Котлеты из говядины с овощами | | 75/25 | 10,58 | 10,98 | 16,21 | 195,2 |
| Каша гречневая вязкая | | 152 | 4,30 | 6,89 | 30,43 | 178,10 |
| Чай с сахаром и лимоном | | 187/8/5 | 0,13 | 0,02 | 8,20 | 34,02 |
| Хлеб пшеничный | | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | | 30 | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,40 |
| Итого | 92,89 | 602 | 18,91 | 18,81 | 86,36 | 560,72 |
| Горячий завтрак (старшие) | | | | | | |
| Фрукты (яблоки) | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Котлеты из говядины с овощами | | 75/25 | 10,58 | 10,98 | 16,21 | 195,2 |
| Каша гречневая вязкая | | 200 | 8,10 | 10,20 | 51,00 | 285,50 |
| Чай с сахаром и лимоном | | 187/8/5 | 0,13 | 0,02 | 8,20 | 34,02 |
| Хлеб пшеничный | | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Хлеб ржаной | | 20 | 1,32 | 0,24 | 7,92 | 39,60 |
| Итого | 93,71 | 640 | 22,05 | 22,00 | 102,97 | 648,32 |
| Дополнительное питание (старшие) | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная вязкая | | 205 | 15,90 | 18,10 | 56,97 | 441,02 |
| Напиток из сухофруктов | | 200 | 0,70 | 0,10 | 22,03 | 92,90 |
| Батон нарезной | | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,80 |
| Итого | | 445 | 19,60 | 19,36 | 99,56 | 638,72 |
| Всего: | 141,56 | 1068 | 41,65 | 41,36 | 202,53 | 1287,04 |

Директор школы №9

Шеф-повар



Мухаметзянова А.И.

Зайнутдинова С.В.