

М Е Н Ю
" 10 " февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,51	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	38,22	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макаронь отварные с сыром	150	31,45	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	13,30	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	188	47,72	72,38	0,40	0,30	10,30
	Итого :		152,00	988,37	25,58	32,13	181,80
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	988,37	25,58	32,13	181,80

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,51	141,00	2,11	10,24	10,15
3	Макаронь отварные с сыром	180	37,74	250,50	12,66	12,91	71,75
3	Чай с сахаром	200	2,38	60,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	30	3,37	76,60	2,28	0,18	15,69
	Итого :		60,00	528,10	17,25	23,33	112,59
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		60,00	528,10	17,25	23,33	112,59

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

М-Е-Н-Ю для льготной категории (стол №9)

"10" февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочно-сливочная	150/10	33,17	265,00	6,12	9,60	28,60
2	Сыр порционными	30	36,51	126,41	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	16,50	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	13,30	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	217	55,17	101,99	0,80	0,60	20,60
	Итого :		159,45	883,06	23,45	21,66	97,03
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	40,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	30,98	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	77,16	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника б/с	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Йогурт	180	46,78	105,28	0,80	0,20	7,50
	Итого :		218,55	776,85	20,51	23,24	89,22
Всего:			378,00	1659,91	43,96	44,90	186,25

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочно-сливочная	200/10	39,46	221,15	8,16	12,80	38,15
2	Сыр порционными	30	36,51	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	16,50	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	13,30	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Яблоко	165	36,25	77,55	0,88	0,66	22,66
			148,69	825,98	26,63	25,04	115,96
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	40,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	38,73	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	77,16	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Йогурт	125	46,78	87,89	0,16	0,80	16,20
	Итого :		229,31	862,02	23,32	26,74	114,23
Всего:			378,00	1688,00	49,95	51,78	230,19

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.

М Е Н Ю для льготной категории

" 10 " февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,51	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	38,22	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароньы отварные с сыром	150	31,45	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	13,30	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	217	55,17	101,99	0,80	0,20	7,50
	Итого :		159,45	1017,98	25,98	32,03	179,00
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	40,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	200	30,98	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	77,16	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Йогурт	125	46,78	105,28	0,80	0,60	20,60
	Итого :		218,55	776,85	20,51	23,64	102,32
Всего:			378,00	1794,83	46,49	55,67	281,32

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет "	100	16,51	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	38,22	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароньы отварные с сыром	180	37,74	333,75	15,19	14,99	42,42
4	Напиток из ягод	200	13,30	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Яблоко	165	36,25	77,55	0,80	0,20	7,50
			148,69	1109,41	29,57	34,23	156,99
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	40,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	250	38,73	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	77,16	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	50/30	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Йогурт	125	46,78	87,89	0,80	0,60	20,60
	Итого :		229,31	862,02	23,96	26,54	118,63
Всего:			378,00	1971,43	53,53	60,77	275,62

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.