

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

" 13 " марта 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша молочн."Дружба"пш.-пшенич.с м.с.	200/10	37,37	<b>244,64</b>	5,15	7,39	26,19
2	Сыр порцией	40	50,43	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
3	Яйцо вареное	40	17,28	<b>213,50</b>	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	14,14	<b>152,00</b>	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб ржаной	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	245	66,15	<b>115,15</b>	0,48	0,48	9,72
	Итого :		<b>190,17</b>	<b>914,17</b>	<b>24,16</b>	<b>21,93</b>	<b>102,34</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,75	<b>126,10</b>	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	200	28,82	<b>96,00</b>	2,32	2,00	16,80
3	Азу из говядины	200	77,66	<b>238,15</b>	20,72	18,53	26,02
4	Чай с лимоном без сахара	200	6,46	<b>118,52</b>	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб ржаной	56	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Апельсин	197	59,05	<b>84,71</b>	2,70	0,60	24,30
	Итого :		<b>187,83</b>	<b>790,16</b>	<b>31,13</b>	<b>32,11</b>	<b>135,72</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1704,33</b>	<b>55,29</b>	<b>54,04</b>	<b>238,06</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша молочн."Дружба"пш.-пшенич.с м.с.	200/10	37,37	<b>309,25</b>	7,62	8,30	49,10
2	Сыр порцией	40	50,43	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
3	Яйцо вареное	40	17,28	<b>213,50</b>	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	14,14	<b>152,00</b>	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб ржаной	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
6	Яблоко	210	56,70	<b>0,40</b>	0,40	0,40	10,30
			<b>182,59</b>	<b>896,65</b>	<b>27,61</b>	<b>22,88</b>	<b>133,15</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,75	<b>126,10</b>	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	250	36,03	<b>120,00</b>	2,90	2,50	21,00
3	Азу из говядины	200	77,66	<b>238,15</b>	20,72	18,53	26,02
4	Чай с лимоном без сахара	200	6,46	<b>118,52</b>	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб ржаной	80	10,10	<b>180,70</b>	5,21	0,51	41,09
6	Апельсин	188	56,41	<b>80,84</b>	2,70	0,60	24,30
	Итого :		<b>195,41</b>	<b>864,31</b>	<b>33,24</b>	<b>32,80</b>	<b>152,22</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1760,96</b>	<b>60,85</b>	<b>55,68</b>	<b>285,37</b>

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

ООО "ПКП Перевал"

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

М Е Н Ю

" 13 " марта 2023 г.

(с 7 -11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	150/10	28,03	<b>244,64</b>	5,15	7,39	26,19
2	Сыр порцией	30	37,82	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
3	Булочка "Чайная" с творогом	100	43,25	<b>213,50</b>	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	14,14	<b>152,00</b>	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	136	23,96	<b>63,92</b>	0,51	0,51	10,37
	<b>Итого :</b>		<b>152,00</b>	<b>862,94</b>	<b>24,19</b>	<b>21,96</b>	<b>102,99</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>152,00</b>	<b>862,94</b>	<b>24,19</b>	<b>21,96</b>	<b>102,99</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	200/10	37,37	<b>368,45</b>	5,74	8,27	36,85
2	Напиток кофейный с молоком	200	14,14	<b>152,00</b>	2,50	3,60	28,70
3	Хлеб пшеничный	40	5,33	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
4	Хлеб ржаной	30	3,16	<b>42,80</b>	0,94	0,14	9,96
	<b>Итого :</b>		<b>60,00</b>	<b>647,13</b>	<b>11,92</b>	<b>12,19</b>	<b>94,34</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>60,00</b>	<b>647,13</b>	<b>11,92</b>	<b>12,19</b>	<b>94,34</b>

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

**М Е Н Ю** для льготной категории  
" 13 " марта 2023 г.  
(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	150/10	28,03	<b>244,64</b>	5,15	7,39	26,19
2	Сыр порцией	30	37,82	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
3	Булочка "Чайная" с творогом	100	43,25	<b>213,50</b>	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	14,14	<b>152,00</b>	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	245	66,15	<b>115,15</b>	0,48	0,48	9,72
	Итого :		<b>194,19</b>	<b>914,17</b>	<b>24,16</b>	<b>21,93</b>	<b>102,34</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,75	<b>126,10</b>	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	200	28,82	<b>96,00</b>	2,32	2,00	16,80
3	Азу из говядины	200	77,66	<b>238,15</b>	20,72	18,53	26,02
4	Кисель	200	6,46	<b>118,52</b>	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Апельсин	184	55,03	<b>79,12</b>	2,70	0,60	24,30
	Итого :		<b>183,81</b>	<b>784,57</b>	<b>31,13</b>	<b>32,11</b>	<b>135,72</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1698,74</b>	<b>55,29</b>	<b>54,04</b>	<b>238,06</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	200/10	37,37	<b>309,25</b>	7,62	8,30	49,10
2	Сыр порцией	30	37,82	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
3	Булочка "Чайная" с творогом	100	43,25	<b>213,50</b>	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	14,14	<b>152,00</b>	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
6	Яблоко	210	56,70	<b>98,70</b>	0,40	0,40	8,10
			<b>195,95</b>	<b>994,95</b>	<b>27,61</b>	<b>22,88</b>	<b>130,95</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,75	<b>126,10</b>	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	250	36,03	<b>120,00</b>	2,90	2,50	21,00
3	Азу из говядины	200	77,66	<b>238,15</b>	20,72	18,53	26,02
4	Кисель	200	6,46	<b>118,52</b>	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	<b>180,70</b>	5,21	0,51	41,09
6	Апельсин	144	43,05	<b>61,92</b>	0,80	0,60	20,60
	Итого :		<b>182,05</b>	<b>845,39</b>	<b>31,34</b>	<b>32,80</b>	<b>148,52</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1840,34</b>	<b>58,95</b>	<b>55,68</b>	<b>279,47</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В