

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

" 14 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Запеканка из творога	150	127,42	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Сметана	20	10,10	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с лимоном б/с	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	209	52,29	98,23	0,84	0,84	16,93
			<b>199,04</b>	<b>643,71</b>	<b>23,17</b>	<b>23,99</b>	<b>108,88</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы свежие порцией	80	21,04	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Суп картоф. с горохом, зел. смет.	200	29,86	132,40	4,92	4,48	17,80
3	Каша ячневая, вязкая	150	13,70	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Колбаса отварная	80	69,17	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофр. б/с	200	9,50	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	56	7,09	83,88	2,74	0,18	18,83
8	Киви	100	28,60	47,00	0,80	0,40	8,10
	<b>Итого :</b>		<b>178,96</b>	<b>854,08</b>	<b>26,87</b>	<b>29,85</b>	<b>124,86</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1497,79</b>	<b>50,04</b>	<b>53,84</b>	<b>233,74</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Запеканка из творога	170	144,41	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Сметана	20	10,10	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с лимоном б/с	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	195	48,82	91,65	0,78	0,78	15,80
			<b>214,43</b>	<b>705,75</b>	<b>24,58</b>	<b>26,21</b>	<b>109,43</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы свежие порцией	80	21,04	14,00	1,40	5,10	8,90
2	Суп картоф. с горохом, зел. смет.	250	37,33	165,50	6,15	5,60	22,25
3	Каша ячневая, вязкая	180	16,43	265,20	6,36	7,44	42,36
4	Колбаса отварная	80	69,17	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофр. б/с	200	9,50	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	80	10,10	116,50	3,80	0,30	26,15
	<b>Итого :</b>		<b>163,57</b>	<b>918,00</b>	<b>29,02</b>	<b>31,83</b>	<b>135,89</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1623,75</b>	<b>53,60</b>	<b>58,04</b>	<b>245,32</b>

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.



## М Е Н Ю

" 14 " октября 2022

(с 7-11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Запеканка из творога	150	103,21	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	20	10,10	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	220	29,46	59,69	0,51	0,51	10,29
	<b>Итого : ОБЕД</b>		<b>152,00</b>	<b>605,17</b>	<b>22,84</b>	<b>23,66</b>	<b>102,24</b>
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>152,00</b>	<b>605,17</b>	<b>22,84</b>	<b>23,66</b>	<b>102,24</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Запеканка из творога	70	45,96	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	10	5,05	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром	200	2,70	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,29	83,88	2,74	0,18	18,83
	<b>Итого : ОБЕД</b>		<b>56,00</b>	<b>545,48</b>	<b>22,33</b>	<b>23,15</b>	<b>91,95</b>
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>56,00</b>	<b>545,48</b>	<b>22,33</b>	<b>23,15</b>	<b>91,95</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

## М Е Н Ю для льготной категории

" 14 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Запеканка из творога	150	127,42	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	20	10,10	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	209	52,29	98,23	0,84	0,84	16,93
			<b>199,04</b>	<b>643,71</b>	<b>23,17</b>	<b>23,99</b>	<b>108,88</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы свежие порцией	80	21,04	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Суп картоф. с горохом, зел.смет.	200	29,86	132,40	4,92	4,48	17,80
3	Макаронны отварные с маслом	150	13,70	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Колбаса отварная	80	69,17	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофруктов	200	9,50	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,29	42,80	0,94	0,14	9,96
8	Киви	100	28,60	47,00	0,80	0,40	8,10
<b>Итого :</b>			<b>178,96</b>	<b>896,88</b>	<b>27,81</b>	<b>29,99</b>	<b>134,82</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1540,59</b>	<b>50,98</b>	<b>53,98</b>	<b>243,70</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Запеканка из творога	170	144,41	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Молоко сгущеное	20	10,10	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	195	48,82	91,65	0,78	0,78	15,80
			<b>214,43</b>	<b>705,75</b>	<b>24,58</b>	<b>26,21</b>	<b>109,43</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы свежие порцией	80	21,04	14,00	1,40	5,10	8,90
2	Суп картоф. с горохом, зел.смет.	250	37,33	165,50	6,15	5,60	22,25
3	Макаронны отварные с маслом	180	16,43	265,20	6,36	7,44	42,36
4	Колбаса отварная	80	69,17	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофруктов	200	9,50	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,43	64,20	1,41	0,21	14,94
<b>Итого :</b>			<b>163,57</b>	<b>982,20</b>	<b>30,43</b>	<b>32,04</b>	<b>150,83</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1687,95</b>	<b>55,01</b>	<b>58,25</b>	<b>260,26</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В