

## М Е Н Ю для льготной категории

" 18 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	23,39	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	87,56	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Творожная"	100	39,64	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,68	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	30	4,00	<b>69,90</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	135	41,70	<b>63,45</b>	0,40	0,4	9,8
	Итого :		<b>198,97</b>	<b>825,89</b>	<b>26,52</b>	<b>27,36</b>	<b>170,79</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	29,20	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200./10	38,27	<b>111,20</b>	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	110,48	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	13,11	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,97	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
	Итого :		<b>199,03</b>	<b>734,95</b>	<b>26,91</b>	<b>28,69</b>	<b>95,17</b>
	<b>Всего:</b>		<b>398,00</b>	<b>1560,84</b>	<b>53,43</b>	<b>56,05</b>	<b>265,96</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	180	28,06	<b>170,00</b>	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100	79,62	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Творожная"	100	39,64	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,68	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	40	5,33	<b>93,20</b>	2,74	0,18	18,83
	Итого :		<b>155,33</b>	<b>814,74</b>	<b>27,32</b>	<b>29,06</b>	<b>166,72</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	29,20	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250./10	46,67	<b>139,00</b>	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	110,48	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	13,11	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	<b>180,70</b>	3,68	0,32	28,79
6	Киви	107	33,11	<b>47,00</b>	0,40	0,4	8,1
	Итого :		<b>242,67</b>	<b>863,77</b>	<b>27,71</b>	<b>30,45</b>	<b>104,27</b>
	<b>Всего:</b>		<b>398,00</b>	<b>1678,51</b>	<b>55,03</b>	<b>59,51</b>	<b>270,99</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

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

" 18 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	23,39	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	87,56	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	39,64	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,68	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб ржаной	30	4,00	<b>69,90</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	135	41,70	<b>63,45</b>	0,40	0,4	9,8
	Итого :		<b>198,97</b>	<b>672,89</b>	<b>27,41</b>	<b>25,34</b>	<b>95,79</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	29,20	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200./10	38,27	<b>111,20</b>	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	110,48	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый б/с	200	13,11	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	56	7,97	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
	Итого :		<b>199,03</b>	<b>734,95</b>	<b>26,91</b>	<b>28,69</b>	<b>95,17</b>
	<b>Всего:</b>		<b>398,00</b>	<b>1407,84</b>	<b>54,32</b>	<b>54,03</b>	<b>190,96</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	180	28,06	<b>170,00</b>	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100	79,62	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	39,64	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,68	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб ржаной	40	5,33	<b>93,20</b>	2,74	0,18	18,83
	Итого :		<b>155,33</b>	<b>661,74</b>	<b>28,21</b>	<b>27,04</b>	<b>91,72</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервиров. порцией	100	29,20	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250./10	46,67	<b>139,00</b>	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	110,48	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	13,11	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	80	10,10	<b>180,70</b>	0,67	0,67	13,61
6	Киви	107	33,11	<b>47,00</b>	0,40	0,4	8,1
	Итого :		<b>242,67</b>	<b>863,77</b>	<b>24,70</b>	<b>30,80</b>	<b>89,09</b>
	<b>Всего:</b>		<b>398,00</b>	<b>1525,51</b>	<b>52,91</b>	<b>57,84</b>	<b>180,81</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.

ООО "ПКП. Перевал"

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.



(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	23,39	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	80	63,70	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Творожная"	90	35,68	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,68	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	30	4,00	<b>69,90</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	100	30,55	<b>47,00</b>	0,80	0,4	8,1
	<b>Итого :</b>		<b>160,00</b>	<b>809,44</b>	<b>26,92</b>	<b>27,36</b>	<b>169,09</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего:</b>		<b>160,00</b>	<b>809,44</b>	<b>26,92</b>	<b>27,36</b>	<b>169,09</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	23,39	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	50	31,64	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Чай с сахаром	200	2,68	<b>98,00</b>	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,29	<b>133,20</b>	2,28	0,18	15,69
	<b>Итого :</b>		<b>60,00</b>	<b>605,74</b>	<b>18,76</b>	<b>17,96</b>	<b>73,65</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего:</b>		<b>60,00</b>	<b>605,74</b>	<b>18,76</b>	<b>17,96</b>	<b>73,65</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В