

М Е Н Ю для льготной категории

" 18 " января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Капуста тушеная	150	21,87	141,00	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	78,52	233,54	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная" с творогом	70	29,74	258,00	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,45	60,00	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	30	4,00	69,90	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	120	43,20	45,60	0,40	0,4	9,8
	Итого :		179,78	808,04	26,52	27,36	170,79
ОБЕД							
1	Огурцы консервир. порцией	100	23,30	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200./10	35,17	111,20	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	92,38	391,79	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	7,53	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Апельсин	158	32,75	67,94	0,9	0,2	8,1
	Итого :		198,22	802,89	27,81	28,89	103,27
	Всего:		378,00	1610,93	54,33	56,25	274,06

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Капуста тушеная	180	26,24	170,00	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100/5	78,52	233,54	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная"	70	29,74	258,00	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,45	60,00	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	40	5,33	93,20	2,74	0,18	18,83
	Итого :		142,28	814,74	27,32	29,06	166,72
ОБЕД							
1	Огурцы консервир. порцией	100	23,30	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250./10	42,80	139,00	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	92,38	391,79	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	7,53	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	180,70	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	166	59,61	63,08	0,86	0,86	20,97
	Итого :		235,72	879,85	28,17	30,91	117,14
	Всего:		378,00	1694,59	55,49	59,97	283,86

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

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

" 18 " января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Капуста тушеная	150	21,87	141,00	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	78,52	233,54	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	29,74	105,00	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,45	60,00	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб ржаной	30	4,00	69,90	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	120	43,20	45,60	0,40	0,4	9,8
	Итого :		179,78	655,04	27,41	25,34	95,79
ОБЕД							
1	Огурцы консервир. порцией	100	23,30	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200./10	35,17	111,20	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	92,38	391,79	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый б/с	200	7,53	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Апельсин	158	32,75	67,94	0,9	0,2	8,1
	Итого :		198,22	802,89	27,81	28,89	103,27
	Всего:		378,00	1457,93	55,22	54,23	199,06

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Капуста тушеная	180	26,24	170,00	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100/5	78,52	233,54	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	29,74	105,00	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,45	60,00	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб ржаной	40	5,33	93,20	2,74	0,18	18,83
	Итого :		142,28	661,74	28,21	27,04	91,72
ОБЕД							
1	Огурцы консервиров. порцией	100	23,30	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250./10	42,80	139,00	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	92,38	391,79	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	7,53	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	0,67	0,67	13,61
6	Мандарин	166	59,61	63,08	0,86	0,86	20,97
	Итого :		235,72	879,85	25,16	31,26	101,96
	Всего:		378,00	1541,59	53,37	58,30	193,68

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

ООО "ПКП Перевал"


 Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

 М Е Н Ю
 18 января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Капуста тушеная	150	21,87	141,00	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	78,52	233,54	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная" с твор.	70	29,74	258,00	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,45	60,00	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	30	4,00	69,90	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	70	15,42	67,68	0,40	0,4	9,8
	Итого : ОБЕД		152,00	830,12	26,52	27,36	170,79
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		152,00	830,12	26,52	27,36	170,79

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Капуста тушеная	150	21,87	141,00	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	60	30,49	233,54	12,48	10,88	14,69
3	Чай с сахаром	200	2,45	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	40	5,19	133,20	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		60,00	605,74	18,76	17,96	73,65
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		60,00	605,74	18,76	17,96	73,65

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В