

## М Е Н Ю для льготной категории

" 01 " марта 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	24,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	70,22	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная" с творогом	70	30,16	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,47	<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	110	25,74	<b>51,70</b>	0,40	0,4	9,8
	Итого :		<b>156,91</b>	<b>814,14</b>	<b>26,52</b>	<b>27,36</b>	<b>170,79</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	26,50	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200./10	35,32	<b>111,20</b>	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	97,61	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	7,46	<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
6	Яблоко	171	46,23	<b>80,37</b>	0,9	0,2	8,1
	Итого :		<b>221,09</b>	<b>815,32</b>	<b>27,81</b>	<b>28,89</b>	<b>103,27</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1629,46</b>	<b>54,33</b>	<b>56,25</b>	<b>274,06</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	29,18	<b>170,00</b>	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100/5	70,22	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная" с творогом	70	30,16	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,47	<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
6	Киви	100	23,40	<b>56,40</b>	0,40	0,4	8,1
	Итого :		<b>160,76</b>	<b>871,14</b>	<b>27,72</b>	<b>29,46</b>	<b>174,82</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	26,50	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250./10	42,99	<b>139,00</b>	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	97,61	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	7,46	<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	Яблоко	120	32,58	<b>47,00</b>	0,86	0,86	20,97
	Итого :		<b>217,24</b>	<b>863,77</b>	<b>28,17</b>	<b>30,91</b>	<b>117,14</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1734,91</b>	<b>55,89</b>	<b>60,37</b>	<b>291,96</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.

М Е Н Ю  
" 01 " марта 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	24,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	70,22	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная" с твор.	70	30,16	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,47	<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	90	20,83	<b>47,00</b>	0,40	0,4	9,8
	Итого :		<b>152,00</b>	<b>809,44</b>	<b>26,52</b>	<b>27,36</b>	<b>170,79</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего:</b>		<b>152,00</b>	<b>809,44</b>	<b>26,52</b>	<b>27,36</b>	<b>170,79</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	24,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	50	31,14	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Чай с сахаром	200	2,47	<b>98,00</b>	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	20	2,07	<b>133,20</b>	2,28	0,18	15,69
	Итого :		<b>60,00</b>	<b>605,74</b>	<b>18,76</b>	<b>17,96</b>	<b>73,65</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	Итого :		<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



Харитонова Е.В.

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

" 01 " марта 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	24,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	70,22	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	30,16	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,47	<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	110	25,74	<b>51,70</b>	0,40	0,4	9,8
	Итого :		<b>156,91</b>	<b>661,14</b>	<b>27,41</b>	<b>25,34</b>	<b>95,79</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	26,50	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200./10	35,32	<b>111,20</b>	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	97,61	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый б/с	200	7,46	<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
6	Яблоко	171	46,23	<b>80,37</b>	0,9	0,2	8,1
	Итого :		<b>221,09</b>	<b>815,32</b>	<b>27,81</b>	<b>28,89</b>	<b>103,27</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1476,46</b>	<b>55,22</b>	<b>54,23</b>	<b>199,06</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	29,18	<b>170,00</b>	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100/5	70,22	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	30,16	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,47	<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
6	Киви	100	23,40	<b>47,00</b>	<b>0,40</b>	0,4	8,1
	Итого :		<b>160,76</b>	<b>708,74</b>	<b>28,61</b>	<b>27,44</b>	<b>99,82</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервиров. порцией	100	26,50	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250./10	42,99	<b>139,00</b>	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	97,61	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	7,46	<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	Яблоко	120	32,58	<b>56,40</b>	<b>0,86</b>	0,86	20,97
	Итого :		<b>217,24</b>	<b>873,17</b>	<b>25,16</b>	<b>31,26</b>	<b>101,96</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1581,91</b>	<b>53,77</b>	<b>58,70</b>	<b>201,78</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.