

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю,
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.



М Е Н Ю

" 21 " апреля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,82	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	39,82	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	20,85	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,54	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	125	54,88	47,5	0,67	0,50	17,30
	Итого :		152,00	616,08	22,07	18,31	103,94
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	616,08	22,07	18,31	103,94

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рыбные	100	31,88	225,14	13,51	5,65	16,45
2	Пюре картофельное	150	20,85	164,00	3,20	6,80	21,90
3	Чай с сахаром	200	2,54	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	36	4,73	191,11	3,68	0,32	28,79
	Итого :		60,00	678,25	20,59	12,77	82,14
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		60,00	678,25	20,59	12,77	82,14

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 10 для льготной категории

" 21 " апреля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,82	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	39,82	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	20,85	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,54	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	138	51,34	52,44	0,80	0,60	20,60
	Итого :		148,46	621,02	22,20	18,41	107,24
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	24,42	112,80	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200./10	36,84	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	101,95	161,04	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	18,05	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Кисель	200	7,51	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Апельсин	167	33,68	71,81	0,9	0,2	8,1
	Итого :		229,54	914,15	28,47	29,35	140,77
	Всего:		378,00	1535,17	50,67	47,76	248,01

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,82	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	39,82	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	180	25,02	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай с сахаром	200	2,54	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	50/30	10,10	180,70	5,68	0,58	46,07
6	Груша	188	63,19	88,36	0,80	0,6	20,6
	Итого		167,49	782,16	24,84	20,03	128,90
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	24,42	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	44,88	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	101,95	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	21,65	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Кисель	200	7,51	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	50/30	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого :		210,51	1059,22	31,97	32,27	161,78
	Всего:		378,00	1841,38	56,81	52,30	290,68

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.



М Е Н Ю для льготной категории (стол №9)
" 21 " апреля 2023 г.

11 лет

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,82	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	39,82	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	150	20,85	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай без сахара	200	2,54	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	138	51,34	52,44	0,80	0,60	20,60
	Итого :		148,46	621,02	22,20	18,41	107,24
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	24,42	112,80	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	36,84	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	101,95	161,04	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	18,05	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Напиток из шиповника	200	7,51	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Апельсин	167	33,68	71,81	0,9	0,2	8,1
	Итого :		229,54	914,15	28,47	29,35	140,77
	Всего:		378,00	1535,17	50,67	47,76	248,01

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,82	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	39,82	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	180	25,02	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай без сахара	200	2,54	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,68	0,58	46,07
6	Груша	188	63,19	88,36	0,80	0,6	20,6
	Итого		167,49	782,16	24,84	20,03	128,90
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	24,42	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	44,88	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	101,95	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	21,65	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Напиток из шиповника	200	7,51	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	80	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого :		210,51	1059,22	31,97	32,27	161,78
	Всего:		378,00	1841,38	56,81	52,30	290,68

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С.В.

Медик

Ланкова Д.В.