

ООО "ПКП Перевал"

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю для льготной категории

22 ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	30,64	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	11,03	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Киви	122	28,37	57,34	0,98	0,49	9,88
Итого :			184,48	654,58	22,06	28,79	97,20
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	32,78	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	36,28	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов с курицы	200	100,88	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,49	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
Итого :			193,52	798,55	26,49	36,67	104,41
Всего:			378,00	1453,13	48,55	65,46	201,61

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	30,64	11,20	2,01	13,33	10,44
2	Макароны отварные с масл	180	13,23	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
			160,18	671,06	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	32,78	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	44,18	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов с курицы	200	100,88	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,49	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	213,87	5,20	0,51	41,09
6	Киви	100	13,39	47,00	0,80	0,40	8,10
Итого :			217,82	956,74	29,57	38,76	127,90
Всего:			378,00	1627,80	53,17	71,09	227,43

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.

ООО "ПКП-Перевал"

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

МЕНЮ

" 22 " ноября 2022 г.

(с 7-11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	60	22,98	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	11,03	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	91,94	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,00	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Киви	100	17,47	47,00	0,80	0,40	8,10
	Итого : ОБЕД		152,00	644,24	21,88	28,70	95,42
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	644,24	21,88	28,70	95,42

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Макароны отварные	150	11,03	220,20	4,59	5,37	27,52
2	Котлета мясная	50	42,00	260,16	5,59	7,68	4,84
3	Чай с сахаром	200	2,39	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржано-пшеничн.	20	0,58	99,90	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		56,00	678,26	12,66	13,23	63,05
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	678,26	12,66	13,23	63,05

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С.В.

Ланкова Д.В.

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

" 22 " ноября 2022 г.

(с 7-11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	30,64	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Каша "Геркулес" вязкая	150	11,03	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Киви	122	28,37	57,34	0,98	0,49	9,88
Итого :			184,48	654,58	22,06	28,79	97,20
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	32,78	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	36,28	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов перловый с курицы	200	100,88	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,49	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
Итого :			193,52	798,55	26,49	36,67	104,41
Всего:			378,00	1453,13	48,55	65,46	201,61

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	30,64	11,20	2,01	13,33	10,44
2	Каша "Геркулес" вязкая	180	13,23	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
			160,18	671,06	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	32,78	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	44,18	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов перловый с курицы	200	100,88	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,49	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	213,87	5,20	0,51	41,09
6	Киви	100	13,39	47,00	0,80	0,40	8,10
Итого :			217,82	956,74	29,57	38,76	127,90
Всего:			378,00	1627,80	53,17	71,09	227,43

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В