

ООО "ПКП Перевал"


 Утверждаю:  
 Директор МБОУ СОШ № 4

документов

Харитонова Е.В.

 М Е Н Ю для льготной категории I смена  
 " 23" апреля 2024 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п          | Наименование продукции        | Выход<br>( гр. ) | Цена<br>( руб. ) | Калорийность<br>(ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-------------------------------|------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                               |                  |                  |                         |              |              |               |
| 1              | Огурцы свежие порцией         | 60               | 26,39            | <b>11,20</b>            | 1,61         | 10,66        | 8,35          |
| 2              | Макароны отварные с масл      | 150              | 12,03            | <b>221,00</b>           | 5,30         | 6,20         | 35,30         |
| 3              | Котлета мясная с маслом       | 100              | 107,78           | <b>221,16</b>           | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 4              | Чай с сахаром и лимоном       | 200/7            | 5,17             | <b>60,00</b>            | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 5              | Хлеб пшеничный                | 36               | 5,04             | <b>83,88</b>            | 2,74         | 0,18         | 18,83         |
| 6              | Яблоко                        | 153              | 51,08            | <b>60,16</b>            | 1,02         | 0,51         | 10,37         |
|                | <b>Итого :</b>                |                  | <b>207,49</b>    | <b>657,40</b>           | <b>22,10</b> | <b>28,81</b> | <b>97,69</b>  |
| <b>ОБЕД</b>    |                               |                  |                  |                         |              |              |               |
| 1              | Салат "Витаминный"            | 100              | 43,99            | <b>111,37</b>           | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2              | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 200./10          | 40,94            | <b>96,00</b>            | 3,00         | 6,00         | 12,35         |
| 3              | Плов с курицы                 | 200              | 97,05            | <b>332,50</b>           | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 4              | Напиток из шиповника          | 200              | 17,09            | <b>132,00</b>           | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 5              | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.    | 36/20            | 7,44             | <b>126,68</b>           | 3,68         | 0,32         | 28,79         |
|                | <b>Итого :</b>                |                  | <b>206,51</b>    | <b>798,55</b>           | <b>26,49</b> | <b>36,67</b> | <b>104,41</b> |
|                | <b>Всего:</b>                 |                  | <b>414,00</b>    | <b>1455,95</b>          | <b>48,59</b> | <b>65,48</b> | <b>202,10</b> |

(с 12 и старше)

| № п/п          | Наименование продукции        | Выход<br>( гр. ) | Цена<br>( руб. ) | Калорийность<br>(ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-------------------------------|------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                               |                  |                  |                         |              |              |               |
| 1              | Огурцы свежие порцией         | 60               | 26,39            | <b>11,20</b>            | 2,01         | 13,33        | 10,44         |
| 2              | Макароны отварные с масл      | 180              | 14,44            | <b>262,20</b>           | 6,36         | 7,44         | 38,10         |
| 3              | Котлета мясная с маслом       | 100              | 107,78           | <b>221,16</b>           | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 4              | Чай с сахаром и лимоном       | 200/7            | 5,17             | <b>60,00</b>            | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 5              | Хлеб пшеничный                | 50               | 7,00             | <b>116,50</b>           | 3,80         | 0,30         | 26,15         |
| 6              | Яблоко                        | 168              | 37,72            | <b>42,30</b>            | 0,72         | 0,36         | 7,29          |
|                |                               |                  | <b>198,50</b>    | <b>713,36</b>           | <b>24,32</b> | <b>32,69</b> | <b>106,82</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |                               |                  |                  |                         |              |              |               |
| 1              | Салат "Витаминный"            | 100              | 43,99            | <b>111,37</b>           | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2              | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 250./10          | 49,93            | <b>120,00</b>           | 3,76         | 7,50         | 15,44         |
| 3              | Плов с курицы                 | 200              | 97,05            | <b>332,50</b>           | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 4              | Напиток из шиповника          | 200              | 17,09            | <b>132,00</b>           | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 5              | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.    | 36/20            | 7,44             | <b>126,68</b>           | 3,68         | 0,32         | 28,78         |
|                | <b>Итого :</b>                |                  | <b>215,50</b>    | <b>822,55</b>           | <b>27,25</b> | <b>38,17</b> | <b>107,49</b> |
|                | <b>Всего:</b>                 |                  | <b>414,00</b>    | <b>1535,91</b>          | <b>51,57</b> | <b>70,86</b> | <b>214,31</b> |

Калькулятор

Бугаева И.А.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Янбердина Г.Ф.

ООО "ПКП Перевал"



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 4



Харитонова Е.В.

М Е Н Ю для льготной категории I смена

" 23 " апреля 2024 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п          | Наименование продукции        | Выход ( гр. ) | Цена ( руб. ) | Калорийность (ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-------------------------------|---------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Огурцы свежие порцией         | 60            | 26,39         | <b>11,20</b>         | 1,61         | 10,66        | 8,35          |
| 2              | Макароны отварные с масл      | 150           | 12,03         | <b>221,00</b>        | 5,30         | 6,20         | 35,30         |
| 3              | Котлета мясная с маслом       | 100           | 107,78        | <b>221,16</b>        | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 4              | Чай с сахаром и лимоном       | 200/7         | 5,17          | <b>60,00</b>         | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 5              | Хлеб пшеничный                | 36            | 5,04          | <b>83,88</b>         | 2,74         | 0,18         | 18,83         |
| 6              | Яблоко                        | 153           | 51,08         | <b>60,16</b>         | 1,02         | 0,51         | 10,37         |
|                | <b>Итого :</b>                |               | <b>207,49</b> | <b>657,40</b>        | <b>22,10</b> | <b>28,81</b> | <b>97,69</b>  |
| <b>ОБЕД</b>    |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Салат "Витаминный"            | 100           | 43,99         | <b>111,37</b>        | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2              | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 200/10        | 40,94         | <b>96,00</b>         | 3,00         | 6,00         | 12,35         |
| 3              | Плов с курицы                 | 200           | 97,05         | <b>332,50</b>        | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 4              | Напиток из шиповника          | 200           | 17,09         | <b>132,00</b>        | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 5              | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.    | 36/20         | 7,44          | <b>126,68</b>        | 3,68         | 0,32         | 28,79         |
|                | <b>Итого :</b>                |               | <b>206,51</b> | <b>798,55</b>        | <b>26,49</b> | <b>36,67</b> | <b>104,41</b> |
|                | <b>Всего:</b>                 |               | <b>414,00</b> | <b>1455,95</b>       | <b>48,59</b> | <b>65,48</b> | <b>202,10</b> |

( с 12 и старше )

| № п/п          | Наименование продукции        | Выход ( гр. ) | Цена ( руб. ) | Калорийность (ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-------------------------------|---------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Огурцы свежие порцией         | 60            | 26,39         | <b>11,20</b>         | 2,01         | 13,33        | 10,44         |
| 2              | Макароны отварные с масл      | 180           | 14,44         | <b>262,20</b>        | 6,36         | 7,44         | 38,10         |
| 3              | Котлета мясная с маслом       | 100           | 107,78        | <b>221,16</b>        | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 4              | Чай с сахаром и лимоном       | 200/7         | 5,17          | <b>60,00</b>         | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 5              | Хлеб пшеничный                | 50            | 7,00          | <b>116,50</b>        | 3,80         | 0,30         | 26,15         |
| 6              | Яблоко                        | 168           | 37,72         | <b>42,30</b>         | 0,72         | 0,36         | 7,29          |
|                |                               |               | <b>198,50</b> | <b>713,36</b>        | <b>24,32</b> | <b>32,69</b> | <b>106,82</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Салат "Витаминный"            | 100           | 43,99         | <b>111,37</b>        | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2              | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 250/10        | 49,93         | <b>120,00</b>        | 3,76         | 7,50         | 15,44         |
| 3              | Плов с курицы                 | 200           | 97,05         | <b>332,50</b>        | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 4              | Напиток из шиповника          | 200           | 17,09         | <b>132,00</b>        | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 5              | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.    | 36/20         | 7,44          | <b>126,68</b>        | 3,68         | 0,32         | 28,78         |
|                | <b>Итого :</b>                |               | <b>215,50</b> | <b>822,55</b>        | <b>27,25</b> | <b>38,17</b> | <b>107,49</b> |
|                | <b>Всего:</b>                 |               | <b>414,00</b> | <b>1535,91</b>       | <b>51,57</b> | <b>70,86</b> | <b>214,31</b> |

Калькулятор

Бугаева И.А.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Янбердина Г.Ф.

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

" 23 " апреля 2024 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п          | Наименование продукции        | Выход ( гр. ) | Цена ( руб. ) | Калорийность (ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-------------------------------|---------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Огурцы свежие порцией         | 60            | 26,39         | <b>11,20</b>         | 1,61         | 10,66        | 8,35          |
| 2              | Каша "Геркулес" вязкая        | 150           | 12,03         | <b>221,00</b>        | 5,30         | 6,20         | 35,30         |
| 3              | Котлета мясная с маслом       | 100           | 107,78        | <b>221,16</b>        | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 4              | Чай с лимоном б/с             | 200/7         | 5,17          | <b>60,00</b>         | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 5              | Хлеб ржаной                   | 36            | 5,04          | <b>83,88</b>         | 2,74         | 0,18         | 18,83         |
| 6              | Яблоко                        | 153           | 51,08         | <b>60,16</b>         | 1,02         | 0,51         | 10,37         |
|                | Итого :                       |               | <b>207,49</b> | <b>657,40</b>        | <b>22,10</b> | <b>28,81</b> | <b>97,69</b>  |
| <b>ОБЕД</b>    |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Салат "Витаминный"            | 100           | 43,99         | <b>111,37</b>        | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2              | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 200/10        | 40,94         | <b>96,00</b>         | 3,00         | 6,00         | 12,35         |
| 3              | Плов перловый с курицы        | 200           | 97,05         | <b>332,50</b>        | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 4              | Напиток из шиповника          | 200           | 17,09         | <b>132,00</b>        | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 5              | Хлеб ржаной                   | 56            | 7,44          | <b>126,68</b>        | 3,68         | 0,32         | 28,79         |
|                | Итого :                       |               | <b>206,51</b> | <b>798,55</b>        | <b>26,49</b> | <b>36,67</b> | <b>104,41</b> |
|                | <b>Всего:</b>                 |               | <b>414,00</b> | <b>1455,95</b>       | <b>48,59</b> | <b>65,48</b> | <b>202,10</b> |

(с 12 и старше)

| № п/п          | Наименование продукции        | Выход ( гр. ) | Цена ( руб. ) | Калорийность (ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-------------------------------|---------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Огурцы свежие порцией         | 60            | 26,39         | <b>11,20</b>         | 2,01         | 13,33        | 10,44         |
| 2              | Каша "Геркулес" вязкая        | 180           | 14,44         | <b>262,20</b>        | 6,36         | 7,44         | 38,10         |
| 3              | Котлета мясная с маслом       | 100           | 107,78        | <b>221,16</b>        | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 4              | Чай с лимоном б/с             | 200/7         | 5,17          | <b>60,00</b>         | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 5              | Хлеб ржаной                   | 50            | 7,00          | <b>116,50</b>        | 3,80         | 0,30         | 26,15         |
| 6              | Яблоко                        | 168           | 37,72         | <b>38,00</b>         | 0,40         | 0,40         | 9,80          |
|                |                               |               | <b>198,50</b> | <b>709,06</b>        | <b>24,00</b> | <b>32,73</b> | <b>109,33</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |                               |               |               |                      |              |              |               |
| 1              | Салат "Витаминный"            | 100           | 43,99         | <b>111,37</b>        | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2              | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 250/10        | 49,93         | <b>120,00</b>        | 3,76         | 7,50         | 15,44         |
| 3              | Плов перловый с курицы        | 200           | 97,05         | <b>332,50</b>        | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 4              | Напиток из шиповника          | 200           | 17,09         | <b>132,00</b>        | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 5              | Хлеб ржаной                   | 56            | 7,44          | <b>213,87</b>        | 5,20         | 0,51         | 41,09         |
|                | Итого :                       |               | <b>215,50</b> | <b>909,74</b>        | <b>28,77</b> | <b>38,36</b> | <b>119,80</b> |
|                | <b>Всего:</b>                 |               | <b>414,00</b> | <b>1618,80</b>       | <b>52,77</b> | <b>71,09</b> | <b>229,13</b> |

Калькулятор

Бугаева И.А.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Янбердина Г.Ф.

М Е Н Ю для льготной категории II смена  
" 23" апреля 2024 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п         | Наименование продукции        | Выход<br>( гр. ) | Цена<br>( руб. ) | Калорийность<br>(ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|---------------|-------------------------------|------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ОБЕД</b>   |                               |                  |                  |                         |              |              |               |
| 1             | Салат "Витаминный"            | 100              | 43,99            | <b>111,37</b>           | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2             | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 200./10          | 40,94            | <b>96,00</b>            | 3,00         | 6,00         | 12,35         |
| 3             | Макароны отварные с масл      | 150              | 12,03            | <b>221,00</b>           | 5,30         | 6,20         | 35,30         |
| 4             | Котлета мясная с маслом       | 100              | 107,78           | <b>221,16</b>           | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 5             | Напиток из шиповника          | 200              | 17,09            | <b>132,00</b>           | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 6             | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.    | 36/20            | 7,44             | <b>126,68</b>           | 3,68         | 0,32         | 28,79         |
| 7             | Яблоко                        | 153              | 51,08            | <b>47,00</b>            | 0,40         | 0,40         | 8,10          |
| Итого :       |                               |                  | <b>280,35</b>    | <b>955,21</b>           | <b>24,76</b> | <b>35,38</b> | <b>121,15</b> |
| 1             | Огурцы свежие порцией         | 60               | 26,39            | <b>11,20</b>            | 1,61         | 10,66        | 8,35          |
| 2             | Плов с курицы                 | 200              | 97,05            | <b>332,50</b>           | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 3             | Чай с сахаром и лимоном       | 200/7            | 5,17             | <b>60,00</b>            | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 4             | Хлеб пшеничный                | 36               | 5,04             | <b>83,88</b>            | 2,74         | 0,18         | 18,83         |
| Итого :       |                               |                  | <b>133,65</b>    | <b>487,58</b>           | <b>23,21</b> | <b>29,99</b> | <b>78,68</b>  |
| <b>Всего:</b> |                               |                  | <b>414,00</b>    | <b>1442,79</b>          | <b>47,97</b> | <b>65,37</b> | <b>199,83</b> |

(с 12 и старше)

| № п/п          | Наименование продукции        | Выход<br>( гр. ) | Цена<br>( руб. ) | Калорийность<br>(ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-------------------------------|------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                               |                  |                  |                         |              |              |               |
| 1              | Огурцы свежие порцией         | 60               | 26,39            | <b>11,20</b>            | 2,01         | 13,33        | 10,44         |
| 2              | Макароны отварные с масл      | 180              | 14,44            | <b>262,20</b>           | 6,36         | 7,44         | 38,10         |
| 3              | Котлета мясная с маслом       | 100              | 107,78           | <b>221,16</b>           | 11,13        | 11,26        | 9,64          |
| 4              | Чай с сахаром и лимоном       | 200/7            | 5,17             | <b>60,00</b>            | 0,30         | 0,00         | 15,20         |
| 5              | Хлеб пшеничный                | 50               | 7,00             | <b>116,50</b>           | 3,80         | 0,30         | 26,15         |
| 6              | Яблоко                        | 168              | 37,72            | <b>42,30</b>            | 0,72         | 0,36         | 7,29          |
|                |                               |                  | <b>198,50</b>    | <b>713,36</b>           | <b>24,32</b> | <b>32,69</b> | <b>106,82</b> |
| <b>ОБЕД</b>    |                               |                  |                  |                         |              |              |               |
| 1              | Салат "Витаминный"            | 100              | 43,99            | <b>111,37</b>           | 0,85         | 11,20        | 3,37          |
| 2              | Суп из овощей с мяс,зел, смет | 250./10          | 49,93            | <b>120,00</b>           | 3,76         | 7,50         | 15,44         |
| 3              | Плов с курицы                 | 200              | 97,05            | <b>332,50</b>           | 18,56        | 19,15        | 36,30         |
| 4              | Напиток из шиповника          | 200              | 17,09            | <b>132,00</b>           | 0,40         | 0,00         | 23,60         |
| 5              | Хлеб пшеничный/ржано-пшен.    | 36/20            | 7,44             | <b>126,68</b>           | 3,68         | 0,32         | 28,78         |
| Итого :        |                               |                  | <b>215,50</b>    | <b>822,55</b>           | <b>27,25</b> | <b>38,17</b> | <b>107,49</b> |
| <b>Всего:</b>  |                               |                  | <b>414,00</b>    | <b>1535,91</b>          | <b>51,57</b> | <b>70,86</b> | <b>214,31</b> |

Калькулятор  
Соц. педагог  
МедикБугаева И.А.  
Васильева С.В.  
Янбердина Г.Ф.