



Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

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

" 23 " декабря 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	133,03	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Сметана	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с лимоном б/с	200/7	4,42	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	127	29,37	52,64	0,45	0,45	9,07
			182,25	598,12	22,78	23,60	101,02
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	80	32,32	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Суп картоф. с горохом, зел. смет.	200	28,15	132,40	4,92	4,48	17,80
3	Каша ячневая, вязкая	150	13,59	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Колбаса отварная	80	70,78	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофр. б/с	200	9,28	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	56	7,09	83,88	2,74	0,18	18,83
8	Апельсин	143	34,54	84,60	0,72	0,54	18,54
	Итого :		195,75	891,68	26,79	29,99	135,30
	Всего:		378,00	1489,80	49,57	53,59	236,32

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	170	150,76	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Сметана	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с лимоном б/с	200/7	4,42	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	127	31,54	91,18	0,78	0,78	15,71
			204,02	705,28	24,58	26,21	109,34
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	80	32,32	14,00	1,40	5,10	8,90
2	Суп картоф. с горохом, зел. смет.	250	35,19	165,50	6,15	5,60	22,25
3	Каша ячневая, вязкая	180	16,31	265,20	6,36	7,44	42,36
4	Колбаса отварная	80	70,78	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофр. б/с	200	9,28	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	80	10,10	116,50	3,80	0,30	26,15
	Итого :		173,98	918,00	29,02	31,83	135,89
	Всего:		378,00	1623,28	53,60	58,04	245,23

Калькулятор
Соц. педагог
Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С.В.

Ланкова Д.В.

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю

" 23 " декабря 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	140	124,16	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	10	5,32	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,39	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Киви	90	13,33	47,00	0,40	0,4	8,1
	Итого :		152,00	592,48	22,73	23,55	100,05
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	592,48	22,73	23,55	100,05

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	70	46,00	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	10	5,32	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром	200	2,39	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,29	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого :		56,00	545,48	22,33	23,15	91,95
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	545,48	22,33	23,15	91,95

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 для льготной категории

" 23 " декабря 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	133,03	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущенное	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,39	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Апельсин	273	63,94	52,64	0,45	0,45	9,07
			216,79	598,12	22,78	23,60	101,02
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	80	32,32	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Суп картоф. с горохом, зел.смет.	200	28,15	132,40	4,92	4,48	17,80
3	Макароны отварные с маслом	150	13,59	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Колбаса отварная	80	70,78	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофруктов	200	9,28	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,29	42,80	0,94	0,14	9,96
	Итого :		161,21	849,88	27,01	29,59	126,72
	Всего:		378,00	1448,00	49,79	53,19	227,74

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	170	150,77	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Молоко сгущенное	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,39	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	2,74	0,18	18,83
5	Киви	105	31,56	91,18	0,78	0,78	15,71
			204,02	705,28	24,58	26,21	109,34
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	80	32,32	14,00	1,40	5,10	8,90
2	Суп картоф. с горохом, зел.смет.	250	35,19	165,50	6,15	5,60	22,25
3	Макароны отварные с маслом	180	16,31	265,20	6,36	7,44	42,36
4	Колбаса отварная	80	70,78	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофруктов	200	9,28	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,43	64,20	1,41	0,21	14,94
	Итого :		173,98	982,20	30,43	32,04	150,83
	Всего:		378,00	1687,48	55,01	58,25	260,17

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В