



М Е Н Ю
" 23 " января 2023 г.



(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	150/10	30,90	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,99	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	217	54,99	101,99	0,80	0,80	16,20
	Итого :		152,00	697,64	22,68	23,21	99,95
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	697,64	22,68	23,21	99,95

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	200/10	40,18	351,10	6,78	10,57	34,25
2	Кофейный напиток	200	16,52	97,00	1,60	1,60	17,03
3	Хлеб пшеничный	25	3,30	99,90	2,28	0,18	15,69
	Итого :		60,00	548,00	10,66	12,35	66,97
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00	10,66	12,35	66,97
	Всего:		60,00	548,00	10,66	12,35	66,97

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.

Харитонов Е.В.

М Е Н Ю для льготной категории
" 23" января 2023 г.
(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	150/10	30,90	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,99	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	197	49,96	92,59	0,80	0,80	16,20
Итого :			146,97	688,24	22,68	23,21	99,95
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	28,50	72,00	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	102,78	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	150	31,22	214,15	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый	200	7,53	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
7	Хлеб ржано-пшен.	20	2,29	42,80	0,94	9,96	42,80
8	Апельсин	150	31,20	64,50	0,80	0,20	7,50
Итого :			231,03	979,99	33,66	39,87	156,69
Всего:			378,00	1668,23	56,34	63,08	256,64

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	200/10	40,18	289,02	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,99	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Яблоко	144	22,43	67,68	0,80	0,80	16,20
Итого:			130,59	768,20	26,39	25,44	120,48
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	35,63	90,00	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	102,78	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	180	37,46	256,98	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый	200	7,53	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
7	Хлеб ржано-пшен.	30	3,43	64,20	1,41	0,21	14,94
8	Апельсин	150	31,20	64,50	0,80	0,20	7,50
Итого :			247,41	1094,84	36,79	32,04	145,47
Всего:			378,00	1863,04	63,18	57,48	265,95

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

Меню для льготной категории (стол №9)

" 23" января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша геркулесовая молочная	150/10	30,90	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,99	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	197	49,96	92,59	0,80	0,80	16,20
	Итого :		146,97	688,24	22,68	23,21	99,95
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	28,50	72,00	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	102,78	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	150	31,22	214,15	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый б/с	200	7,53	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб ржаной	56	7,09	42,80	0,94	9,96	42,80
7	Апельсин	150	31,20	64,50	0,80	0,20	7,50
	Итого :		231,03	896,11	30,92	39,69	137,86
	Всего:		378,00	1584,35	53,60	62,90	237,81

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша геркулесовая молочная	200/10	40,18	289,02	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,99	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Яблоко	144	22,43	67,68	0,80	0,80	16,20
	Итого:		130,59	768,20	26,39	25,44	120,48
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	35,63	90,00	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	102,78	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	180	37,46	256,98	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый б/с	200	7,53	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Апельсин	150	31,20	64,50	0,80	0,20	7,50
7	Хлеб ржаной	80	10,10	64,20	1,41	0,21	14,94
	Итого :		247,41	978,34	32,99	31,74	119,32
	Всего:		378,00	1746,54	59,38	57,18	239,80

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В