

| № п/п | Наименование продукции | Выход (гр.) | Цена (руб.) | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-----------------------------------|------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Салат "Сезонный" | 100 | 24,87 | 96,00 | 0,81 | 5,04 | 4,50 |
| 2 | Котлеты рыбные с маслом | 100/5 | 41,03 | 181,50 | 13,51 | 5,65 | 16,45 |
| 3 | Пюре картофельное | 150 | 18,29 | 164,00 | 3,20 | 6,80 | 21,90 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 2,39 | 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 | Груша | 245 | 88,04 | 116,09 | 0,40 | 0,30 | 10,30 |
| Итого : | | | 181,71 | 742,27 | 21,80 | 18,11 | 96,94 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат Винегрет с морск.кап. | 100 | 18,50 | 141,00 | 0,70 | 5,05 | 3,40 |
| 2 | Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет | 200/10 | 37,14 | 114,30 | 2,64 | 5,20 | 13,32 |
| 3 | Бефстроганов из отварного мяса | 100 | 104,73 | 201,30 | 11,75 | 10,78 | 4,46 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 19,68 | 209,00 | 8,70 | 7,80 | 42,60 |
| 5 | Кисель | 200 | 9,15 | 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 |
| Итого : | | | 196,29 | 910,80 | 27,57 | 29,15 | 132,67 |
| Всего: | | | 378,00 | 1653,07 | 49,37 | 47,26 | 229,61 |

(с 12 и старше)

| № п/п | Наименование продукции | Выход (гр.) | Цена (руб.) | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-----------------------------------|------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Салат "Сезонный" | 100 | 24,87 | 96,00 | 0,81 | 5,04 | 4,50 |
| 2 | Котлеты рыбные с маслом | 100/5 | 41,03 | 181,50 | 13,51 | 5,65 | 16,45 |
| 3 | Пюре картофельное | 180 | 21,94 | 196,80 | 3,84 | 8,16 | 26,28 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 2,39 | 58,00 | 0,20 | 0,00 | 15,00 |
| 5 | Хлеб пшеничный/ржано-пш. | 50/30 | 10,10 | 202,10 | 5,68 | 0,58 | 46,07 |
| Итого | | | 100,33 | 734,40 | 24,04 | 19,43 | 108,30 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат Винегрет с морск.кап. | 100 | 18,50 | 141,00 | 0,70 | 5,05 | 3,40 |
| 2 | Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет | 250/10 | 45,26 | 145,50 | 3,30 | 6,50 | 16,63 |
| 3 | Бефстроганов из отварного мяса | 100 | 104,73 | 201,30 | 11,75 | 10,78 | 4,46 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 23,62 | 250,80 | 10,44 | 9,36 | 51,12 |
| 5 | Кисель | 200 | 9,15 | 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 |
| 7 | Груша | 196 | 66,31 | 94,00 | 0,40 | 0,30 | 10,30 |
| Итого : | | | 277,67 | 1153,22 | 32,37 | 32,57 | 172,08 |
| Всего: | | | 378,00 | 1887,62 | 56,41 | 52,00 | 280,38 |

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
" 24 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п | Наименование продукции | Выход (гр.) | Цена (руб.) | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|--------------------------|------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Салат "Сезонный" | 100 | 24,87 | 96,00 | 0,81 | 5,04 | 4,50 |
| 2 | Котлеты рыбные с маслом | 100/5 | 41,03 | 181,50 | 13,51 | 5,65 | 16,45 |
| 3 | Пюре картофельное | 150 | 18,29 | 164,00 | 3,20 | 6,80 | 21,90 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 2,39 | 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 | Груша | 173 | 58,33 | 81,31 | 0,40 | 0,30 | 10,30 |
| | Итого : ОБЕД | | 152,00 | 707,49 | 21,80 | 18,11 | 96,94 |
| | Итого : | | 0,00 | 0,00 | | | |
| | Всего: | | 152,00 | 707,49 | 21,80 | 18,11 | 96,94 |

(с 12 и старше)

| № п/п | Наименование продукции | Выход (гр.) | Цена (руб.) | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|------------------------|------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Котлеты рыбные | 80 | 26,47 | 225,14 | 13,51 | 5,65 | 16,45 |
| 2 | Пюре картофельное | 180 | 21,94 | 164,00 | 3,20 | 6,80 | 21,90 |
| 3 | Чай с сахаром | 200 | 2,39 | 98,00 | 0,20 | 0,00 | 15,00 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 30 | 5,20 | 191,11 | 3,68 | 0,32 | 28,79 |
| | Итого : ОБЕД | | 56,00 | 678,25 | 20,59 | 12,77 | 82,14 |
| | Итого : | | 0,00 | 0,00 | | | |
| | Всего: | | 56,00 | 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

Харитонов Е.В.



МБН Ю для льготной категории (стол №9)

" 24 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п | Наименование продукции | Выход (гр.) | Цена (руб.) | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-----------------------------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Салат "Сезонный" | 100 | 24,87 | 96,00 | 0,81 | 5,04 | 4,50 |
| 2 | Котлеты рыбные с маслом | 100/5 | 41,03 | 181,50 | 13,51 | 5,65 | 16,45 |
| 3 | Каша перловая рассыпчатая | 150 | 18,29 | 164,00 | 3,20 | 6,80 | 21,90 |
| 4 | Чай без сахара | 200 | 2,39 | 58,00 | 0,20 | 0,00 | 15,00 |
| 5 | Хлеб ржаной | 56 | 7,09 | 126,68 | 3,68 | 0,32 | 28,79 |
| 6 | Груша | 245 | 88,04 | 116,09 | 0,40 | 0,30 | 10,30 |
| | Итого : | | 181,71 | 742,27 | 21,80 | 18,11 | 96,94 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат Винегрет с морск.кап. | 100 | 18,50 | 141,00 | 0,70 | 5,05 | 3,40 |
| 2 | Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет | 200/10 | 37,14 | 114,30 | 2,64 | 5,20 | 13,32 |
| 3 | Бефстроганов из отварного мяса | 100 | 104,73 | 201,30 | 11,75 | 10,78 | 4,46 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 19,68 | 209,00 | 8,70 | 7,80 | 42,60 |
| 5 | Напиток из шиповника | 200 | 9,15 | 118,52 | 0,10 | 0,00 | 40,10 |
| 6 | Хлеб ржаной | 56 | 7,09 | 126,68 | 3,68 | 0,32 | 28,79 |
| | Итого : | | 196,29 | 910,80 | 27,57 | 29,15 | 132,67 |
| | Всего: | | 378,00 | 1653,07 | 49,37 | 47,26 | 229,61 |

(с 12 и старше)

| № п/п | Наименование продукции | Выход (гр.) | Цена (руб.) | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|-----------------------------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Салат "Сезонный" | 100 | 24,87 | 96,00 | 0,81 | 5,04 | 4,50 |
| 2 | Котлеты рыбные с маслом | 100/5 | 41,03 | 181,50 | 13,51 | 5,65 | 16,45 |
| 3 | Каша перловая рассыпчатая | 180 | 21,94 | 196,80 | 3,84 | 8,16 | 26,28 |
| 4 | Чай без сахара | 200 | 2,39 | 58,00 | 0,20 | 0,00 | 15,00 |
| 5 | Хлеб ржаной | 80 | 10,10 | 202,10 | 5,68 | 0,58 | 46,07 |
| | Итого | | 100,33 | 734,40 | 24,04 | 19,43 | 108,30 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат Винегрет с морск.кап. | 100 | 18,50 | 141,00 | 0,70 | 5,05 | 3,40 |
| 2 | Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет | 250/10 | 45,26 | 145,50 | 3,30 | 6,50 | 16,63 |
| 3 | Бефстроганов из отварного мяса | 100 | 104,73 | 201,30 | 11,75 | 10,78 | 4,46 |
| 4 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 23,62 | 250,80 | 10,44 | 9,36 | 51,12 |
| 5 | Напиток из шиповника | 200 | 9,15 | 118,52 | 0,10 | 0,00 | 40,10 |
| 6 | Хлеб ржаной | 80 | 10,10 | 202,10 | 5,68 | 0,58 | 46,07 |
| 7 | Груша | 196 | 66,31 | 94,00 | 0,40 | 0,30 | 10,30 |
| | Итого : | | 277,67 | 1153,22 | 32,37 | 32,57 | 172,08 |
| | Всего: | | 378,00 | 1887,62 | 56,41 | 52,00 | 280,38 |

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.