

ООО "ПКП Перевал"

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю

25 " октября 2022 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	80	13,26	<b>11,20</b>	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	13,70	<b>221,00</b>	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	90,42	<b>221,16</b>	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,34	<b>60,00</b>	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	98	25,48	<b>46,06</b>	0,78	0,39	7,94
	<b>Итого : ОБЕД</b>		<b>152,00</b>	<b>643,30</b>	<b>21,86</b>	<b>28,69</b>	<b>95,26</b>
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>152,00</b>	<b>643,30</b>	<b>21,86</b>	<b>28,69</b>	<b>95,26</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Макароны отварные	150	<b>9,86</b>	<b>220,20</b>	4,59	5,37	27,52
2	Котлета мясная	50	<b>41,24</b>	<b>260,16</b>	5,59	7,68	4,84
3	Чай с сахаром	200	<b>2,61</b>	<b>98,00</b>	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржано-пшеничн.	20	<b>2,29</b>	<b>99,90</b>	2,28	0,18	15,69
	<b>Итого : ОБЕД</b>		<b>56,00</b>	<b>678,26</b>	<b>12,66</b>	<b>13,23</b>	<b>63,05</b>
	<b>Итого :</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>56,00</b>	<b>678,26</b>	<b>12,66</b>	<b>13,23</b>	<b>63,05</b>

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

  
  


Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

" 25 " октября, 2022 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	80	13,26	<b>11,20</b>	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	13,70	<b>221,00</b>	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	<b>221,16</b>	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,34	<b>60,00</b>	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	100	27,40	<b>47,00</b>	0,80	0,40	8,10
Итого :			<b>168,56</b>	<b>644,24</b>	<b>21,88</b>	<b>28,70</b>	<b>95,42</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Витаминный"	100	23,09	<b>111,37</b>	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	36,16	<b>96,00</b>	3,00	6,00	12,35
3	Плов с курицы	200	101,11	<b>332,50</b>	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	17,02	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Слива	87	24,97	<b>42,63</b>	0,70	0,26	8,35
Итого :			<b>209,44</b>	<b>841,18</b>	<b>27,19</b>	<b>36,93</b>	<b>112,76</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1485,42</b>	<b>49,07</b>	<b>65,63</b>	<b>208,18</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	80	13,26	<b>14,00</b>	2,01	13,33	10,44
2	Макароны отварные с масл	180	16,43	<b>262,20</b>	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	<b>221,16</b>	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,34	<b>60,00</b>	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
			<b>145,76</b>	<b>673,86</b>	<b>23,60</b>	<b>32,33</b>	<b>99,53</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Витаминный"	100	23,09	<b>111,37</b>	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	44,03	<b>120,00</b>	3,76	7,50	15,44
3	Плов с курицы	200	101,11	<b>332,50</b>	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	17,02	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	<b>180,70</b>	5,20	0,51	41,09
6	Киви	135	36,89	<b>63,45</b>	1,08	0,54	10,94
Итого :			<b>232,24</b>	<b>940,02</b>	<b>29,85</b>	<b>38,90</b>	<b>130,74</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1613,88</b>	<b>53,45</b>	<b>71,23</b>	<b>230,27</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.

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

" 25 " октября 2022 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	80	13,26	<b>11,20</b>	1,61	10,66	8,35
2	Каша "Геркулес" вязкая	150	13,70	<b>221,00</b>	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	<b>221,16</b>	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,34	<b>60,00</b>	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	100	27,40	<b>47,00</b>	0,80	0,40	8,10
	Итого :		<b>168,56</b>	<b>644,24</b>	<b>21,88</b>	<b>28,70</b>	<b>95,42</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Витаминный"	100	23,09	<b>111,37</b>	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	36,16	<b>96,00</b>	3,00	6,00	12,35
3	Плов перловый с курицы	200	101,11	<b>332,50</b>	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	17,02	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Слива	87	24,97	<b>42,63</b>	0,70	0,26	8,35
	Итого :		<b>209,44</b>	<b>841,18</b>	<b>27,19</b>	<b>36,93</b>	<b>112,76</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1485,42</b>	<b>49,07</b>	<b>65,63</b>	<b>208,18</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	80	13,26	<b>14,00</b>	2,01	13,33	10,44
2	Каша "Геркулес" вязкая	180	16,43	<b>262,20</b>	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	105,06	<b>221,16</b>	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,34	<b>60,00</b>	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
			<b>145,76</b>	<b>673,86</b>	<b>23,60</b>	<b>32,33</b>	<b>99,53</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Витаминный"	100	23,09	<b>111,37</b>	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	44,03	<b>120,00</b>	3,76	7,50	15,44
3	Плов перловый с курицы	200	101,11	<b>332,50</b>	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	17,02	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	<b>180,70</b>	5,20	0,51	41,09
6	Киви	135	36,89	<b>63,45</b>	1,08	0,54	10,94
	Итого :		<b>232,24</b>	<b>940,02</b>	<b>29,85</b>	<b>38,90</b>	<b>130,74</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1613,88</b>	<b>53,45</b>	<b>71,23</b>	<b>230,27</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В