

№ 25 " января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Янтарная"с ябл.	150/10	36,51	165,86	6,12	9,60	28,60
2	Булочка "Российская"	70	16,37	236,00	7,32	0,68	78,39
3	Йогурт	125	46,78	213,50	1,10	5,12	18,56
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,52	152,00	2,50	3,6	28,7
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	218	57,61	82,84	0,67	0,67	16,46
Итого :			178,59	934,08	20,45	19,85	189,54
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порциями	60	31,81	14,00	0,80	0,10	2,50
2	Суп из овощей с мяс,зел и смет	200./10	35,77	96,00	2,00	5,12	10,12
3	Макароны отварные с масл.сл.	150	13,58	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Котлета мясная	100/5	102,78	221,16	11,13	11,26	9,64
5	Напиток яблочный	200	7,85	92,28	0,50	0,00	10,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	40/20	7,62	136,00	3,68	0,32	28,79
Итого :			199,41	780,44	23,41	23,00	96,45
Всего:			378,00	1714,52	43,86	42,85	285,99

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Янтарная"с ябл.	200/10	48,68	221,15	8,16	12,80	38,15
2	Булочка "Российская"	70	16,37	236,00	7,32	0,68	78,39
3	Йогурт	125	46,78	213,50	1,10	5,12	18,56
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,52	152,00	2,50	3,6	28,7
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,3	26,15
6	Мандарин	116	30,60	44,08	0,80	0,2	7,5
			165,62	983,23	23,68	22,70	197,45
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порциями	60	31,81	14,00	0,80	0,10	2,50
2	Суп из овощей с мяс,зел и смет	250./10	43,55	120,00	2,50	6,40	12,65
3	Макароны отварные с масл.сл.	180	16,29	262,20	6,36	7,44	38,10
4	Котлета мясная	100/5	102,78	221,16	11,13	11,26	9,64
5	Напиток яблочный	200	7,85	92,28	0,50	0,00	10,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
Итого :			212,38	890,34	26,50	25,71	114,08
Всего:			378,00	1873,57	50,18	48,41	311,53

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 (стол №9)

"25" января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Янтарная"с ябл.	150/10	36,51	165,86	6,12	9,60	28,60
2	Йогурт	125	46,78	213,50	1,10	5,12	18,56
3	Сыр порция	15	16,37	105,00	7,89	7,98	0,00
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,52	152,00	2,50	3,6	28,7
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	218	57,61	82,84	0,67	0,67	16,46
	Итого :		178,59	803,08	21,02	27,15	111,15
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порциями	60	31,81	14,00	0,80	0,10	2,50
2	Суп из овощей с мяс,зел и смет	200./10	35,77	96,00	2,00	5,12	10,12
3	Каша пшеничная с масл.слив.	150	13,58	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Котлета мясная	100/5	102,78	221,16	11,13	11,26	9,64
5	Напиток яблочный б/с	200	7,85	92,28	0,50	0,00	10,10
6	Хлеб ржаной	60	7,62	136,00	3,68	0,32	28,79
	Итого :		199,41	780,44	23,41	23,00	96,45
	Всего:		378,00	1583,52	44,43	50,15	207,60

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Янтарная"с ябл.	200/10	48,68	221,15	8,16	12,80	38,15
2	Йогурт	125	46,78	213,50	1,10	5,12	18,56
3	Сыр порция	15	16,37	105,00	7,89	7,98	0,00
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,52	152,00	2,50	3,6	28,7
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,3	26,15
6	Мандарин	116	30,60	44,08	0,80	0,2	7,5
			165,62	852,23	24,25	30,00	119,06
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порциями	60	31,81	14,00	0,80	0,10	2,50
2	Суп из овощей с мяс,зел и смет	250./10	43,55	120,00	2,50	6,40	12,65
3	Каша пшеничная с масл.слив.	180	16,29	262,20	6,36	7,44	38,10
4	Котлета мясная	100/5	102,78	221,16	11,13	11,26	9,64
5	Напиток яблочный б/с	200	7,85	92,28	0,50	0,00	10,10
6	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
	Итого :		212,38	890,34	26,50	25,71	114,08
	Всего:		378,00	1742,57	50,75	55,71	233,14

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

25 января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Янтарная"с ябл.	150/10	36,51	165,86	6,12	9,60	28,60
2	Булочка "Российская"	70	16,37	236,00	7,32	0,68	78,39
3	Иогурт	125	46,78	213,50	1,10	5,12	18,56
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,52	152,00	2,50	3,6	28,7
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	117	31,02	44,46	0,40	0,4	9,8
	Итого :		152,00	895,70	20,18	19,58	182,88
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		152,00	895,70	20,18	19,58	182,88

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Янтарная" с ябл.	150/10	36,51	165,86	6,12	9,60	28,60
2	Напиток кофейный с молоком	200	16,52	152,00	2,50	3,6	28,7
3	Хлеб пшеничный	53	6,97	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого :		60,00	401,74	11,36	13,38	76,13
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		60,00	401,74	11,36	13,38	76,13

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В