



М Е Н Ю для льготной категории

"26" октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	133,33	270,00	12,97	15,87	24,52
2	Молоко сгущеное	30	15,78	65,80	2,16	2,55	14,20
3	Чай с сахаром и лимоном	200	6,09	60,00	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	1,74	0,18	18,83
	Итого :		160,00	479,68	16,97	18,60	81,75
ОБЕД							
1	Салат свекла с сыром	100	27,54	116,79	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	200/25	45,06	142,40	10,76	4,32	12,96
3	Тефтели мясные	90	97,23	211,25	8,95	10,40	9,67
4	Рис припущенный	150	18,77	209,00	2,85	7,29	27,07
5	Компот из смеси сухофруктов	200	9,20	124,00	0,50	0,00	28,50
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	116,68	2,68	0,32	28,79
7	Киви	119	33,11	47,00	0,8	0,4	8,1
	Итого :		238,00	967,12	29,66	29,15	119,40
	Всего:		398,00	1446,80	46,63	47,75	201,15

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	160	142,22	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Молоко сгущеное	20	10,82	32,10	0,79	0,87	5,44
3	Чай с сахаром и лимоном	200	6,09	60,00	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб пшеничный	40	5,33	93,20	2,74	0,18	18,83
5	Киви	92	25,50	47,00	0,4	0,4	8,1
			189,96	538,30	20,47	21,60	87,77
ОБЕД							
1	Салат свекла с сыром	100	27,54	145,99	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	250/25	53,50	178,00	15,95	5,40	16,20
3	Тефтели мясные	100	87,05	276,57	8,95	10,40	9,67
4	Рис припущенный	180	22,52	250,80	4,32	7,20	44,52
5	Компот из смеси сухофруктов	200	9,20	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/30	8,23	148,08	4,15	0,39	33,77
	Итого :		208,04	1123,44	36,99	29,81	139,97
	Всего:		398,00	1661,74	57,46	51,41	227,74

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

" 26 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	133,33	270,00	12,97	15,87	24,52
2	Молоко сгущеное	30	15,78	65,80	2,16	2,55	14,20
3	Чай с сахаром и лимоном	200	6,09	60,00	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	1,74	0,18	18,83
	Итого :		160,00	479,68	16,97	18,60	81,75
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		160,00	479,68	16,97	18,60	81,75

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	70	49,62	270,00	7,74	9,48	14,68
2	Молоко сгущеное	10	5,41	32,10	0,08	0,00	10,33
3	Чай с сахаром	200	2,68	60,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб украинский	20	2,29	83,88	1,52	0,12	10,46
	Итого :		60,00	445,98	9,54	9,60	50,47
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		60,00	445,98	9,54	9,60	50,47

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

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

26 " октября 2023 г

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	133,33	270,00	12,97	15,87	24,52
2	Сметана	30	15,78	65,80	2,16	2,55	14,20
3	Чай с лимоном б/с	200	6,09	60,00	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	1,74	0,18	18,83
	Итого :		160,00	479,68	16,97	18,60	81,75
ОБЕД							
1	Икра свекольная	100	27,54	116,79	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	200/25	45,06	142,40	10,76	4,32	12,96
3	Тефтели мясные	90	97,23	211,25	8,95	10,40	9,67
4	Каша ячневая, вязкая	150	18,77	209,00	2,85	7,29	27,07
5	Компот из смеси сухофр.б/с	200	9,20	124,00	0,50	0,00	28,50
6	Хлеб ржаной	56	7,09	116,68	2,68	0,32	28,79
7	Киви	119	33,11	47,00	0,8	0,4	8,1
	Итого :		238,00	967,12	29,66	29,15	119,40
Всего:			398,00	1446,80	46,63	47,75	201,15

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	160	142,22	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Сметана	20	10,82	32,10	0,79	0,87	5,44
3	Чай с лимоном б/с	200	6,09	60,00	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб ржаной	40	5,33	93,20	2,74	0,18	18,83
5	Киви	92	25,50	47,00	0,4	0,4	8,1
			189,96	538,30	20,47	21,60	87,77
ОБЕД							
1	Икра свекольная	100	27,54	145,99	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	250/25	53,50	178,00	15,95	5,40	16,20
3	Тефтели мясные	100	87,05	276,57	8,95	10,40	9,67
4	Каша ячневая, вязкая	180	22,52	250,80	4,32	7,20	44,52
5	Компот из смеси сухофр.б/с	200	9,20	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	56	8,23	148,08	4,15	0,39	33,77
	Итого :		208,04	1123,44	36,99	29,81	139,97
Всего:			398,00	1661,74	57,46	51,41	227,74

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В