

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

" 27 " февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Дружба"пш.-пшенич.с м.с.	200/10	37,37	244,64	5,15	7,39	26,19
2	Сыр порцией	40	50,43	105,00	7,89	6,98	0
3	Яйцо вареное	40	16,50	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,54	152,00	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	220	59,40	56,40	0,48	0,48	9,72
	Итого :		185,04	855,42	24,16	21,93	102,34
ОБЕД							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,78	126,10	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	200	28,85	96,00	2,32	2,00	16,80
3	Азу из говядины	200	77,57	238,15	20,72	18,53	26,02
4	Чай с лимоном без сахара	200	8,90	118,52	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	157	61,77	129,00	2,70	0,60	24,30
	Итого :		192,96	834,45	31,13	32,11	135,72
	Всего:		378,00	1689,87	55,29	54,04	238,06

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Дружба"пш.-пшенич.с м.с.	200/10	37,37	309,25	7,62	8,30	49,10
2	Сыр порцией	40	50,43	105,00	7,89	6,98	0
3	Яйцо вареное	40	16,50	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,54	152,00	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Яблоко	200	53,20	0,40	0,40	0,40	10,30
			180,71	896,65	27,61	22,88	133,15
ОБЕД							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,78	126,10	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	250	36,06	120,00	2,90	2,50	21,00
3	Азу из говядины	200	77,56	238,15	20,72	18,53	26,02
4	Чай с лимоном без сахара	200	8,90	118,52	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Мандарин	143	55,89	129,00	2,70	0,60	24,30
	Итого :		197,29	912,47	33,24	32,80	152,22
	Всего:		378,00	1809,12	60,85	55,68	285,37

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

ООО "ПКП Перевал"


 Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

М Е Н Ю

" 27 " февраля 2023 г.

(с 7 -11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	150/10	28,03	244,64	5,15	7,39	26,19
2	Сыр порцией	30	37,82	105,00	7,89	6,98	0
3	Булочка "Творожная"	100	38,26	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,54	152,00	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	153	26,55	71,91	0,51	0,51	10,37
	Итого : ОБЕД		152,00	870,93	24,19	21,96	102,99
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	870,93	24,19	21,96	102,99

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	200/10	37,37	368,45	5,74	8,27	36,85
2	Напиток кофейный с молоком	200	16,54	152,00	2,50	3,60	28,70
3	Хлеб пшеничный	50	6,09	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого : ОБЕД		60,00	604,33	10,98	12,05	84,38
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		60,00	604,33	10,98	12,05	84,38

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

М Е Н Ю для льготной категории

" 27 " февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	150/10	28,03	244,64	5,15	7,39	26,19
2	Сыр порцией	30	37,82	105,00	7,89	6,98	0
3	Булочка "Творожная"	100	38,26	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,54	152,00	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	220	59,40	103,40	0,48	0,48	9,72
	Итого :		184,85	902,42	24,16	21,93	102,34
ОБЕД							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,78	126,10	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	200	28,85	96,00	2,32	2,00	16,80
3	Азу из говядины	200	77,56	238,15	20,72	18,53	26,02
4	Кисель	200	8,90	118,52	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	159	61,97	60,42	2,70	0,60	24,30
	Итого :		193,15	765,87	31,13	32,11	135,72
	Всего:		378,00	1668,29	55,29	54,04	238,06

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша молочн."Дружба"рис.-пш.с м.с.	200/10	37,37	309,25	7,62	8,30	49,10
2	Сыр порцией	30	37,82	105,00	7,89	6,98	0
3	Булочка "Творожная"	100	38,26	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток кофейный с молоком	200	16,54	152,00	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Яблоко	200	53,20	94,00	0,40	0,40	8,10
			189,86	990,25	27,61	22,88	130,95
ОБЕД							
1	Салат из свеж.капусты с м.р.	100	8,78	126,10	1,61	10,66	8,35
2	Суп картоф. с макарон изд с зел с м	250	36,06	120,00	2,90	2,50	21,00
3	Азу из говядины	200	77,56	238,15	20,72	18,53	26,02
4	Кисель	200	8,90	118,52	0,10	0,00	31,46
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Мандарин	120	46,74	45,60	0,80	0,60	20,60
	Итого :		188,14	829,07	31,34	32,80	148,52
	Всего:		378,00	1819,32	58,95	55,68	279,47

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В