



№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	19,52	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,71	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	22,68	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,61	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	Банан	238	60,31	228,48	3,57	1,19	49,98
	Итого :		<b>151,92</b>	<b>854,66</b>	<b>24,97</b>	<b>19,00</b>	<b>136,62</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,65	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	37,78	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	107,57	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	22,26	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Кисель	200	9,33	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
7	Киви	90	23,40	42,30	0,72	0,36	7,29
	Итого :		<b>226,08</b>	<b>953,10</b>	<b>28,29</b>	<b>29,51</b>	<b>139,96</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1807,76</b>	<b>53,26</b>	<b>48,51</b>	<b>276,58</b>

## (с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	19,52	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,71	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	180	27,22	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай с сахаром	200	2,61	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		<b>99,16</b>	<b>734,40</b>	<b>24,04</b>	<b>19,43</b>	<b>108,30</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,65	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	46,06	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	107,57	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	26,71	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Кисель	200	9,33	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	Банан	238	60,42	228,48	3,57	1,19	49,98
	Итого :		<b>278,84</b>	<b>1287,70</b>	<b>35,54</b>	<b>33,46</b>	<b>211,76</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>2022,10</b>	<b>59,58</b>	<b>52,89</b>	<b>320,06</b>

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.Б.Н.Ю  
27 " октября 2022 г.



(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	19,52	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,71	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	22,68	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,61	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	Банан	238	60,39	228,48	3,57	1,19	49,98
	Итого : <b>ОБЕД</b>		152,00	854,66	24,97	19,00	136,62
	Итого :		0,00	0,00			
	<b>Всего:</b>		152,00	854,66	24,97	19,00	136,62

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Котлеты рыбные	80	25,42	225,14	13,51	5,65	16,45
2	Пюре картофельное	180	22,68	164,00	3,20	6,80	21,90
3	Чай с сахаром	200	2,61	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	40	5,29	191,11	3,68	0,32	28,79
	Итого : <b>ОБЕД</b>		56,00	678,25	20,59	12,77	82,14
	Итого :		0,00	0,00			
	<b>Всего:</b>		56,00	678,25	20,59	12,77	82,14

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

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

" 27 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	19,52	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,71	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	150	22,68	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай без сахара	200	2,61	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Банан	238	60,31	228,48	3,57	1,19	49,98
	Итого :		151,92	854,66	24,97	19,00	136,62
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,65	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	37,78	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	107,57	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	22,26	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Напиток из шиповника	200	9,33	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Киви	90	23,40	42,30	0,72	0,36	7,29
	Итого :		226,08	953,10	28,29	29,51	139,96
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1807,76</b>	<b>53,26</b>	<b>48,51</b>	<b>276,58</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	19,52	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,71	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	180	27,22	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай без сахара	200	2,61	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	80	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого		99,16	734,40	24,04	19,43	108,30
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,65	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	46,06	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	107,57	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	26,71	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Напиток из шиповника	200	9,33	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	80	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
7	Банан	238	60,42	228,48	3,57	1,19	49,98
	Итого :		278,84	1287,70	35,54	33,46	211,76
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>2022,10</b>	<b>59,58</b>	<b>52,89</b>	<b>320,06</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В