

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.



М Е Н Ю
" 27 " января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	15,71	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	37,95	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	31,26	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	11,05	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Апельсин	197	51,23	72,38	0,40	0,30	10,30
	Итого : ОБЕД		152,00	988,37	25,58	32,13	181,80
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	988,37	25,58	32,13	181,80

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	15,71	141,00	2,11	10,24	10,15
3	Макароны отварные с сыром	180	37,51	250,50	12,66	12,91	71,75
3	Чай с сахаром	200	2,45	60,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	33	4,33	76,60	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		60,00	528,10	17,25	23,33	112,59
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		60,00	528,10	17,25	23,33	112,59

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

М Е Н Ю для льготной категории

" 27 " января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	15,71	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	37,95	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	31,26	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	11,05	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Апельсин	180	37,44	77,40	0,80	0,20	7,50
	Итого :		138,21	993,39	25,98	32,03	179,00
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	32,41	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	200	29,71	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,20	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника	200	16,63	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Груша	224	80,75	105,28	0,80	0,60	20,60
	Итого :		239,79	776,85	20,51	23,64	102,32
	Всего:		378,00	1770,24	46,49	55,67	281,32

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет "	100	15,71	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	37,95	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	180	37,51	333,75	15,19	14,99	42,42
4	Напиток из ягод	200	11,05	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Апельсин	160	32,32	68,80	0,80	0,20	7,50
			141,21	1100,66	29,57	34,23	156,99
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	32,41	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	250	37,14	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,20	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	16,63	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	50/30	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Груша	187	67,31	87,89	0,80	0,60	20,60
	Итого :		236,79	862,02	23,96	26,54	118,63
	Всего:		378,00	1962,68	53,53	60,77	275,62

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)

" 27 " января 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочн. с масл.слив.	150/10	33,57	265,00	6,12	9,60	28,60
2	Сыр порциями	30	35,99	126,41	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	15,36	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	11,05	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	224	80,75	105,28	0,80	0,60	20,60
	Итого :		181,52	886,35	23,45	21,66	97,03
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	32,41	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	29,71	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,20	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника б/с	200	16,63	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Апельсин	180	37,44	77,40	0,80	0,20	7,50
	Итого :		196,48	748,97	20,51	23,24	89,22
	Всего:		378,00	1635,32	43,96	44,90	186,25

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочн. с масл.слив.	200/10	39,82	221,15	8,16	12,80	38,15
2	Сыр порциями	30	35,99	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	15,36	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	11,05	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	187	67,31	87,89	0,88	0,66	22,66
			176,20	836,32	26,63	25,04	115,96
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	32,41	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	37,14	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,20	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	16,63	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Апельсин	160	32,32	68,80	0,16	0,80	16,20
	Итого :		201,80	842,93	23,32	26,74	114,23
	Всего:		378,00	1679,25	49,95	51,78	230,19

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.