

"29" ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,93	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	213	70,68	100,11	0,85	0,70	21,94
	Итого :		183,00	866,93	24,70	19,08	115,01
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	34,46	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	200/10	35,27	101,60	1,84	5,76	10,12
3	Печень тушенная в сметане	120	64,99	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Пюре картофельное	150	20,84	164,00	3,20	6,80	21,90
5	Кисель	200	9,15	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Киви	100	23,20	47,00	0,8	0,4	8,1
	Итого :		195,00	825,25	50,51	38,78	116,88
	Всего:		378,00	1692,18	75,21	57,86	231,89

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,93	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	180	26,69	334,80	10,44	9,36	51,12
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	219	72,75	102,93	0,88	0,66	22,56
			191,38	958,17	27,53	20,72	131,47
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	34,46	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	250/10	42,92	127,00	2,30	7,20	13,40
3	Печень тушенная в сметане	120	64,99	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Пюре картофельное	180	25,00	196,80	3,84	7,34	23,28
5	Кисель	200	9,15	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		186,62	836,45	50,81	40,36	112,84
	Всего:		378,00	1794,62	78,34	61,08	244,31

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

" 29 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,93	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	156	39,68	156,47	0,40	0,30	10,30
	Итого : ОБЕД		152,00	923,29	24,25	18,68	103,37
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	923,29	24,25	18,68	103,37

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	50	30,79	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
3	Чай с сахаром	200	2,39	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржано-пшеничн.	20	0,57	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого : ОБЕД		56,00	696,82	22,03	17,04	88,87
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	696,82	22,03	17,04	88,87

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.

М.П.Н.Ю для льготной категории (стол №9)

" 29 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,93	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	213	70,68	100,11	0,85	0,70	21,94
	Итого :		183,00	866,93	24,70	41,02	115,01
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	34,46	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капуста с мяс,зел,смет	200/10	35,27	101,60	1,84	5,76	10,72
3	Печень тушеная в сметане	120	64,99	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Каша перловая рассыпчатая	150	20,84	164,00	3,20	6,80	21,90
5	Компот из сухофруктов б/с	200	9,15	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Киви	100	23,20	47,00	0,8	0,4	8,1
	Итого :		195,00	825,25	50,51	38,78	116,88
	Всего:		378,00	1692,18	75,21	79,80	231,89

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,93	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	180	26,69	334,80	10,44	9,36	51,12
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,58	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	219	72,75	102,93	0,88	0,66	22,56
			191,38	958,17	27,53	20,72	131,47
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	34,46	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капуста с мяс,зел,смет	250/10	42,92	127,00	2,30	7,20	13,40
3	Печень тушеная в сметане	120	64,99	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Каша перловая рассыпчатая	180	25,00	196,80	3,84	7,34	23,28
5	Компот из сухофруктов б/с	200	9,15	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб ржаной	80	10,10	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		186,62	836,45	50,81	40,36	112,84
	Всего:		378,00	1794,62	78,34	61,08	244,31

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В