

(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 | 24,64 | 244,64 | 5,15 | 7,39 | 26,19 |
| 2 | Сыр порцией | 30 | 37,13 | 105,00 | 7,89 | 6,98 | 0 |
| 3 | Булочка "Чайная" с творогом | 100 | 38,77 | 213,50 | 5,40 | 3,30 | 18,90 |
| 4 | Напиток кофейный с молоком | 200 | 17,27 | 152,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 36 | 4,80 | 83,88 | 2,74 | 0,18 | 18,83 |
| 6 | Яблоко | 173 | 48,38 | 81,31 | 0,48 | 0,48 | 9,72 |
| | Итого : | | 170,99 | 880,33 | 24,16 | 21,93 | 102,34 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеж.капусты с м.р. | 100 | 9,42 | 126,10 | 1,61 | 10,66 | 8,35 |
| 2 | Суп картоф. с макарон изд с зел с м | 200 | 28,06 | 96,00 | 2,32 | 2,00 | 16,80 |
| 3 | Азу из говядины | 200 | 76,45 | 238,15 | 20,72 | 18,53 | 26,02 |
| 4 | Кисель | 200 | 7,59 | 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 | Апельсин | 280 | 78,40 | 120,40 | 2,70 | 0,60 | 24,30 |
| | Итого : | | 207,01 | 825,85 | 31,13 | 32,11 | 135,72 |
| | Всего: | | 378,00 | 1706,18 | 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 | 32,85 | 309,25 | 7,62 | 8,30 | 49,10 |
| 2 | Сыр порцией | 30 | 37,13 | 105,00 | 7,89 | 6,98 | 0 |
| 3 | Булочка "Чайная" с творогом | 100 | 38,77 | 213,50 | 5,40 | 3,30 | 18,90 |
| 4 | Напиток кофейный с молоком | 200 | 17,27 | 152,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 50 | 6,67 | 116,50 | 3,80 | 0,30 | 26,15 |
| 6 | Яблоко | 154 | 33,88 | 72,38 | 0,40 | 0,40 | 8,10 |
| | | | 166,57 | 968,63 | 27,61 | 22,88 | 130,95 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеж.капусты с м.р. | 100 | 9,42 | 126,10 | 1,61 | 10,66 | 8,35 |
| 2 | Суп картоф. с макарон изд с зел с м | 250 | 35,07 | 120,00 | 2,90 | 2,50 | 21,00 |
| 3 | Азу из говядины | 200 | 76,45 | 238,15 | 20,72 | 18,53 | 26,02 |
| 4 | Кисель | 200 | 7,59 | 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 | Апельсин | 260 | 72,80 | 111,80 | 0,80 | 0,60 | 20,60 |
| | Итого : | | 211,43 | 895,27 | 31,34 | 32,80 | 148,52 |
| | Всего: | | 378,00 | 1863,90 | 58,95 | 55,68 | 279,47 |

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

ООО "ПКП Перевал"

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.



" 02 " мая 2023 г.

М Е Н Ю

(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 | 24,64 | 244,64 | 5,15 | 7,39 | 26,19 |
| 2 | Сыр порцией | 30 | 37,13 | 105,00 | 7,89 | 6,98 | 0 |
| 3 | Булочка "Чайная" с творогом | 100 | 38,77 | 213,50 | 5,40 | 3,30 | 18,90 |
| 4 | Напиток кофейный с молоком | 200 | 17,27 | 152,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 36 | 4,80 | 83,88 | 2,74 | 0,18 | 18,83 |
| 6 | Яблоко | 124 | 29,39 | 58,28 | 0,51 | 0,51 | 10,37 |
| | Итого : ОБЕД | | 152,00 | 857,30 | 24,19 | 21,96 | 102,99 |
| | Итого : | | 0,00 | 0,00 | | | |
| | Всего: | | 152,00 | 857,30 | 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. | 150/10 | 24,64 | 368,45 | 5,74 | 8,27 | 36,85 |
| 2 | Сыр | 10 | 12,38 | 35,00 | 2,63 | 2,34 | 0,00 |
| 3 | Напиток кофейный с молоком | 200 | 17,27 | 152,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 50 | 5,71 | 83,88 | 2,74 | 0,18 | 18,83 |
| | Итого : ОБЕД | | 60,00 | 639,33 | 13,61 | 14,39 | 84,38 |
| | Итого : | | 0,00 | 0,00 | | | |
| | Всего: | | 60,00 | 639,33 | 13,61 | 14,39 | 84,38 |

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

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

" 02 " мая 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п | Наименование продукции | Выход | Цена | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|---------------------------------------|---------|---------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | (гр.) | (руб.) | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Каша молочн."Дружба"пш.-пшенич.с м.с. | 200/10 | 24,64 | 244,64 | 5,15 | 7,39 | 26,19 |
| 2 | Сыр порцией | 40 | 37,13 | 105,00 | 7,89 | 6,98 | 0 |
| 3 | Яйцо вареное | 40 | 38,77 | 213,50 | 5,40 | 3,30 | 18,90 |
| 4 | Напиток кофейный с молоком | 200 | 17,27 | 152,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| 5 | Хлеб ржаной | 36 | 4,80 | 83,88 | 2,74 | 0,18 | 18,83 |
| 6 | Яблоко | 173 | 48,38 | 81,31 | 0,48 | 0,48 | 9,72 |
| | Итого : | | 170,99 | 880,33 | 24,16 | 21,93 | 102,34 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеж.капусты с м.р. | 100 | 9,42 | 126,10 | 1,61 | 10,66 | 8,35 |
| 2 | Суп картоф. с макарон изд с зел с м | 200 | 28,06 | 96,00 | 2,32 | 2,00 | 16,80 |
| 3 | Азу из говядины | 200 | 76,45 | 238,15 | 20,72 | 18,53 | 26,02 |
| 4 | Чай с лимоном без сахара | 200 | 7,59 | 118,52 | 0,10 | 0,00 | 31,46 |
| 5 | Хлеб ржаной | 56 | 7,09 | 126,68 | 3,68 | 0,32 | 28,79 |
| 6 | Апельсин | 280 | 78,40 | 120,40 | 2,70 | 0,60 | 24,30 |
| | Итого : | | 207,01 | 825,85 | 31,13 | 32,11 | 135,72 |
| | Всего: | | 378,00 | 1706,18 | 55,29 | 54,04 | 238,06 |

(с 12 и старше)

| № п/п | Наименование продукции | Выход | Цена | Калорийность (ккал.) | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------|---------------------------------------|---------|---------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | (гр.) | (руб.) | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1 | Каша молочн."Дружба"пш.-пшенич.с м.с. | 200/10 | 32,85 | 309,25 | 7,62 | 8,30 | 49,10 |
| 2 | Сыр порцией | 40 | 37,13 | 105,00 | 7,89 | 6,98 | 0 |
| 3 | Яйцо вареное | 40 | 38,77 | 213,50 | 5,40 | 3,30 | 18,90 |
| 4 | Напиток кофейный с молоком | 200 | 17,27 | 152,00 | 2,50 | 3,60 | 28,70 |
| 5 | Хлеб ржаной | 50 | 6,67 | 116,50 | 3,80 | 0,30 | 26,15 |
| 6 | Яблоко | 154 | 33,88 | 72,38 | 0,40 | 0,40 | 10,30 |
| | | | 166,57 | 968,63 | 27,61 | 22,88 | 133,15 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеж.капусты с м.р. | 100 | 9,42 | 126,10 | 1,61 | 10,66 | 8,35 |
| 2 | Суп картоф. с макарон изд с зел с м | 250 | 35,07 | 120,00 | 2,90 | 2,50 | 21,00 |
| 3 | Азу из говядины | 200 | 76,45 | 238,15 | 20,72 | 18,53 | 26,02 |
| 4 | Чай с лимоном без сахара | 200 | 7,59 | 118,52 | 0,10 | 0,00 | 31,46 |
| 5 | Хлеб ржаной | 80 | 10,10 | 180,70 | 5,21 | 0,51 | 41,09 |
| 6 | Апельсин | 260 | 72,80 | 111,80 | 2,70 | 0,60 | 24,30 |
| | Итого : | | 211,43 | 895,27 | 33,24 | 32,80 | 152,22 |
| | Всего: | | 378,00 | 1863,90 | 60,85 | 55,68 | 285,37 |

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В