

## МЕНЮ для льготной категории (стол №9)

" 03 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша геркулесовая молочная	150/10	31,03	<b>216,77</b>	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	<b>105,00</b>	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,34	<b>190,00</b>	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
5	Апельсин	190	49,02	<b>81,70</b>	1,71	0,38	15,39
	Итого :		<b>145,72</b>	<b>677,35</b>	<b>23,59</b>	<b>22,79</b>	<b>99,14</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	<b>148,00</b>	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	28,72	<b>72,00</b>	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	103,96	<b>258,66</b>	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	150	25,56	<b>214,15</b>	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый б/с	200	9,03	<b>96,00</b>	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб ржаной	56	7,09	<b>42,80</b>	0,94	9,96	42,80
7	Мандарин	98	35,21	<b>37,24</b>	0,78	0,20	7,50
	Итого :		<b>232,28</b>	<b>868,85</b>	<b>30,90</b>	<b>39,69</b>	<b>137,86</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1546,20</b>	<b>54,49</b>	<b>62,48</b>	<b>237,00</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша геркулесовая молочная	200/10	40,35	<b>289,02</b>	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,53	<b>105,00</b>	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,34	<b>190,00</b>	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
5	Апельсин	224	57,74	<b>96,32</b>	2,02	0,50	18,14
	Итого:		<b>165,63</b>	<b>796,84</b>	<b>27,61</b>	<b>25,14</b>	<b>122,42</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	<b>148,00</b>	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	35,90	<b>90,00</b>	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	103,96	<b>258,66</b>	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	180	30,67	<b>256,98</b>	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый б/с	200	9,03	<b>96,00</b>	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб ржаной	80	10,10	<b>64,20</b>	1,41	0,21	14,94
	Итого :		<b>212,37</b>	<b>913,84</b>	<b>32,19</b>	<b>31,54</b>	<b>111,82</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1710,68</b>	<b>59,80</b>	<b>56,68</b>	<b>234,24</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша рисовая молочная	150/10	31,03	<b>216,77</b>	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	<b>105,00</b>	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,34	<b>190,00</b>	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
5	Апельсин	190	49,02	<b>81,70</b>	1,71	0,38	15,39
	Итого :		<b>145,72</b>	<b>677,35</b>	<b>23,59</b>	<b>22,79</b>	<b>99,14</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	<b>148,00</b>	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	28,72	<b>72,00</b>	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	103,96	<b>258,66</b>	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	150	25,56	<b>214,15</b>	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый	200	9,03	<b>96,00</b>	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
7	Хлеб ржаной	20	2,29	<b>42,80</b>	0,94	9,96	42,80
8	Мандарин	98	35,21	<b>37,24</b>	0,78	0,20	7,50
	Итого :		<b>232,28</b>	<b>952,73</b>	<b>33,64</b>	<b>39,87</b>	<b>156,69</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1630,08</b>	<b>57,23</b>	<b>62,66</b>	<b>255,83</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша рисовая молочная	200/10	40,35	<b>289,02</b>	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,53	<b>105,00</b>	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,34	<b>190,00</b>	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
5	Апельсин	224	57,74	<b>96,32</b>	2,02	0,50	18,14
	Итого:		<b>165,63</b>	<b>796,84</b>	<b>27,61</b>	<b>25,14</b>	<b>122,42</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Уральский"	100	22,71	<b>148,00</b>	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	35,90	<b>90,00</b>	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	103,96	<b>258,66</b>	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	180	30,67	<b>256,98</b>	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый	200	9,03	<b>96,00</b>	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
7	Хлеб ржаной	30	3,43	<b>64,20</b>	1,41	0,21	14,94
	Итого :		<b>212,37</b>	<b>1030,34</b>	<b>35,99</b>	<b>31,84</b>	<b>137,97</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1827,18</b>	<b>63,60</b>	<b>56,98</b>	<b>260,39</b>

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  
" 03 " октября 2022 г

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша рисовая молочная	150/10	31,03	<b>216,77</b>	4,50	7,99	33,77
2	Сыр порциями	30	35,53	<b>105,00</b>	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,34	<b>190,00</b>	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
5	Апельсин	214	55,30	<b>92,02</b>	1,93	0,43	17,33
	Итого : <b>ОБЕД</b>		<b>152,00</b>	<b>687,67</b>	<b>21,96</b>	<b>21,58</b>	<b>102,43</b>
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>152,00</b>	<b>687,67</b>	<b>21,96</b>	<b>21,58</b>	<b>102,43</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша рисовая молочная	200/10	40,35	<b>351,10</b>	6,78	10,57	34,25
3	Чай с молоком	200	10,64	<b>97,00</b>	1,60	1,60	17,03
4	Хлеб пшеничный	40	5,01	<b>99,90</b>	2,28	0,18	15,69
	Итого : <b>ОБЕД</b>		<b>56,00</b>	<b>548,00</b>	<b>10,66</b>	<b>12,35</b>	<b>66,97</b>
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,66</b>	<b>12,35</b>	<b>66,97</b>
	<b>Всего:</b>		<b>56,00</b>	<b>548,00</b>	<b>10,66</b>	<b>12,35</b>	<b>66,97</b>

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

  
Озигина Е.О.

  
Васильева С.В.

  
Ланкова Д.В.