

07 октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Винегрет с морск. кап с масл раст	100	16,52	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Российская"	100	23,79	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макаронны отварные с сыром	150	31,18	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	13,60	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Апельсин	250	64,50	107,50	2,25	0,50	20,25
	Итого :		154,39	1023,49	27,43	32,33	191,75
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	18,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	29,44	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	180	73,43	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника	200	17,16	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	Мандарин	196	78,46	74,48	1,57	0,39	14,70
	Итого :		223,61	746,05	21,28	23,43	96,42
	Всего:		378,00	1769,54	48,71	55,76	288,17

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Винегрет с морск. кап с масл раст	100	16,52	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Российская"	100	23,79	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макаронны отварные с сыром	180	37,42	333,75	15,19	14,99	42,42
4	Напиток из ягод	200	13,60	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Апельсин	236	61,00	110,92	2,12	0,47	19,12
			159,00	1142,78	30,89	34,50	168,61
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	18,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	36,80	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,43	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	17,16	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	205	63,48	96,35	0,82	0,62	21,12
	Итого :		219,00	870,48	23,98	26,56	119,15
	Всего:		378,00	2013,26	54,87	61,06	287,76

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
" 07 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Винегрет с морск. кап с масл раст	100	16,52	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Российская"	100	23,79	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	31,18	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	13,60	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Апельсин	240	62,11	103,20	2,16	0,48	19,44
	Итого : ОБЕД		152,00	1019,19	27,34	32,31	190,94
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	1019,19	27,34	32,31	190,94

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Винегрет с морск. кап с масл раст	80	13,37	141,00	2,11	10,24	10,15
3	Макароны отварные с сыром	180	37,42	250,50	12,66	12,91	71,75
3	Чай с сахаром	200	2,92	60,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржаной	20	2,29	76,60	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		56,00	528,10	17,25	23,33	112,59
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		56,00	528,10	17,25	23,33	112,59

Калькулятор

Соц. педагог

Медик




Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

МЕНЮ для льготной категории (стол №9)

" 07 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочно-сливочная	150/10	34,41	165,86	6,12	9,60	28,60
2	Сыр порционными	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток из ягод	200	13,60	92,28	0,50	0,00	10,10
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Апельсин	250	64,50	107,50	2,25	0,50	20,25
	Итого :		152,84	554,52	19,50	18,26	77,78
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	18,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	29,44	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	180	73,43	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника б/с	200	17,16	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	200	80,01	74,48	1,57	0,39	14,70
	Итого :		225,16	746,05	21,28	23,43	96,42
	Всего:		378,00	1300,57	40,78	41,69	174,20

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочно-сливочная	200/10	45,88	221,15	8,16	12,80	38,15
2	Сыр порционными	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток из ягод	200	13,60	92,28	0,50	0,00	10,10
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Апельсин	236	61,00	110,92	2,12	0,47	19,12
			162,68	645,85	22,47	21,55	93,52
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	18,03	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	36,80	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,43	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	17,16	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Груша	193	59,80	96,35	0,82	0,62	21,12
	Итого :		215,32	870,48	23,98	26,56	119,15
	Всего:		378,00	1516,33	46,45	48,11	212,67

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С.В.

Ланкова Д.В.