

27 апреля 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Котлеты рубленые из птицы	100	48,76	329,80	25,84	25,08	0,10
2	Соус сметан с томатом и луком	50	10,20	70,00	1,40	5,4	3,85
3	Каша гречневая	150	23,42	279,00	8,70	7,8	42,6
4	Напиток кофейный с молоком	200	18,09	152,00	2,50	3,6	28,7
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	152	38,49	71,44	0,80	0,4	8,1
Итого :			143,76	986,12	41,98	42,46	102,18
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы свежие порциями	100	32,82	14,00	1,28	8,52	6,68
2	Суп из овощей с мяс,зел и смет	200/10	41,08	96,00	2,00	5,12	10,12
3	Жаркое по домашнему	200	76,41	222,09	18,69	13,69	54,06
4	Напиток из ягод	200	11,91	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржаной	40/20	7,62	136,00	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	100	36,40	38,00	0,64	0,64	15,68
Итого :			206,24	598,37	26,79	28,29	125,43
<b>Всего:</b>			350,00	1584,49	68,77	70,75	227,61

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Котлеты рубленые из птицы	100	48,76	329,80	25,84	25,08	0,10
2	Соус сметан с томатом и луком	50	10,20	70,00	1,40	5,40	3,85
3	Каша гречневая	180	28,10	334,80	10,44	9,36	51,12
4	Напиток кофейный с молоком	200	18,09	152,00	2,50	3,60	28,70
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Яблоко	95	24,00	44,65	0,80	0,2	7,5
Итого :			135,82	1047,75	44,78	43,94	117,42
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы свежие порциями	100	32,82	14,00	1,61	10,66	8,35
2	Суп из овощей с мяс,зел и смет	250/10	50,18	120,00	2,50	6,40	12,65
3	Жаркое по домашнему	200	76,41	246,77	20,88	14,63	54,36
4	Напиток из ягод	200	11,91	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржаной	50/30	10,10	180,70	3,80	0,30	26,15
6	Мандарин	90	32,76	34,20	0,85	0,85	20,78
Итого :			214,18	687,95	30,14	32,84	132,39
<b>Всего:</b>			350,00	1735,70	74,92	76,78	249,81

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С.В.

Ланкова Д.В.

ООО ПКП "Перевал"



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю

27 апреля 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Котлеты рубленые из птицы	100	48,76	<b>329,80</b>	25,84	25,08	0,10
2	Соус сметан с томатом и луком	50	10,20	<b>70,00</b>	<b>1,40</b>	5,4	3,85
3	Каша гречневая	150	23,42	<b>279,00</b>	<b>8,70</b>	7,8	42,6
4	Напиток кофейный с молоком	200	18,09	<b>152,00</b>	<b>2,50</b>	3,6	28,7
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	<b>2,74</b>	0,18	18,83
6	Яблоко	137	34,73	<b>64,39</b>	8,00	0,4	8,1
	Итого :		<b>140,00</b>	<b>979,07</b>	<b>49,18</b>	<b>42,46</b>	<b>102,18</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего:</b>		<b>140,00</b>	<b>979,07</b>	<b>49,18</b>	<b>42,46</b>	<b>102,18</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Котлеты рубленые из птицы	70	33,67	<b>201,72</b>	8,23	7,25	9,79
3	Каша гречневая	150	16,34	<b>278,63</b>	10,44	9,36	51,12
4	Чай с сахаром	200	3,70	<b>98,00</b>	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб украинский	20	2,29	<b>99,90</b>	2,28	0,18	15,69
	Итого :		<b>56,00</b>	<b>678,25</b>	<b>21,15</b>	<b>16,79</b>	<b>91,60</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего:</b>		<b>56,00</b>	<b>678,25</b>	<b>21,15</b>	<b>16,79</b>	<b>91,60</b>

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В