

М Е Н Ю для льготной категории
28 апреля 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	127,38	346,62	25,80	18,80	36,10
2	Повидло	20	4,67	50,00	0,08	0,00	13,00
3	Чай с лимоном	200	6,19	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	100	24,63	47,00	0,4	0,4	9,8
	Итого :		167,67	587,50	29,32	19,38	92,93
ОБЕД							
1	Салат свекла с сыром	80	27,02	116,79	2,50	5,14	3,45
2	Уха Ростовская с зеленью	200/25	54,30	142,40	12,76	4,32	12,96
3	Тефтели мясные	80	67,79	221,25	8,95	10,40	9,67
4	Рис припущенный	150	15,42	221,00	3,60	6,00	37,09
5	Компот из смеси сухофруктов	200	10,71	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный/украинский	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		182,33	952,12	31,99	26,18	123,46
	Всего:		350,00	1539,62	61,31	45,56	216,39

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	170	96,98	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Повидло	30	7,01	75,00	0,12	0,00	15,50
3	Чай с лимоном	200	6,19	60,00	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб пшеничный	40	5,33	93,20	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	100	12,70	47,00	0,4	0,4	9,8
			128,21	581,20	19,80	20,73	99,53
ОБЕД							
1	Салат свекла с сыром	100	33,78	145,99	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	250/25	65,84	178,00	15,95	5,40	16,20
3	Тефтели мясные	100	84,73	276,57	8,95	10,40	9,67
4	Рис припущенный	180	18,50	265,20	4,32	7,20	44,52
5	Компот из смеси сухофруктов	200	10,71	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный/украинский	36/30	8,23	148,08	4,15	0,39	33,77
	Итого :		221,79	1137,84	36,99	29,81	139,97
	Всего:		350,00	1719,04	56,79	50,54	239,50

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

28 апреля 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	111,64	346,62	25,80	18,80	36,10
2	Повидло	20	4,67	50,00	0,08	0,00	13,00
3	Чай с лимоном	200	6,19	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	100	12,70	47,00	0,4	0,4	9,8
	Итого : ОБЕД		140,00	587,50	29,32	19,38	92,93
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		140,00	587,50	29,32	19,38	92,93

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	70	45,34	353,65	7,74	9,48	14,68
2	Повило	20	4,67	150,00	0,08	0,00	10,33
3	Чай с сахаром	200	3,70	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб украинский	20	2,29	76,60	1,52	0,12	10,46
	Итого : ОБЕД		56,00	678,25	9,54	9,60	50,47
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	678,25	9,54	9,60	50,47

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В