

" 10 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рубленые куриные	100	82,28	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,85	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	15,56	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	6,57	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Апельсин	253	114,68	108,79	2,70	0,60	24,30
	Итого :		233,74	875,61	26,55	18,98	117,37
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	29,70	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	200/10	37,69	101,60	1,84	5,76	10,12
3	Печень тушенная в сметане	120	60,79	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Пюре картофельное	150	21,93	164,00	3,20	6,80	21,90
5	Кисель	200	7,06	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		164,26	778,25	49,71	38,38	108,78
	Всего:		398,00	1653,86	76,26	57,36	226,15

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рубленые куриные	100	82,28	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,85	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	180	18,67	334,80	10,44	9,36	51,12
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	6,57	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	196	94,04	92,12	0,8	0,4	8,1
			218,08	947,36	27,45	20,46	117,01
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	29,70	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	250/10	45,95	127,00	2,30	7,20	13,40
3	Печень тушенная в сметане	120	60,79	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Пюре картофельное	180	26,32	196,80	3,84	7,34	23,28
5	Кисель	200	7,06	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		179,92	836,45	50,81	40,36	112,84
	Всего:		398,00	1783,81	78,26	60,82	229,85

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

ООО "ПКП Перевал"



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4

М.Е.Н.Ю

" 10 " октября 2023 г.

Харитонов Е.В.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рубленые куриные	100	82,28	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,85	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	15,56	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	6,57	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Киви	132	40,94	62,04	0,40	0,30	10,30
	Итого :		160,00	828,86	24,25	18,68	103,37
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		160,00	828,86	24,25	18,68	103,37

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рубленые куриные	50	41,14	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Каша гречневая	150	15,56	279,00	8,70	7,80	42,6
3	Чай с сахаром	200	2,68	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,62	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого :		60,00	696,82	22,03	17,04	88,87
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		60,00	696,82	22,03	17,04	88,87

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 для льготной категории (стол №9)

"10" октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рубленые куриные	100	82,28	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,85	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	15,56	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с лимоном б/с	200/7	6,57	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Апельсин	253	114,68	108,79	2,70	0,60	24,30
	Итого :		233,74	875,61	26,55	40,92	117,37
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	29,70	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	200/10	37,69	101,60	1,84	5,76	10,72
3	Печень тушеная в сметане	120	60,79	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Каша перловая рассыпчатая	150	21,93	164,00	3,20	6,80	21,90
5	Компот из сухофруктов б/с	200	7,06	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		164,26	778,25	49,71	38,38	108,78
	Всего:		398,00	1653,86	76,26	79,30	226,15

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рубленые куриные	100	82,28	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,85	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	180	18,67	334,80	10,44	9,36	51,12
4	Чай с лимоном б/с	200/7	6,57	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	196	94,04	92,12	0,8	0,4	8,1
			218,08	947,36	27,45	20,46	117,01
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	29,70	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	250/10	45,95	127,00	2,30	7,20	13,40
3	Печень тушеная в сметане	120	60,79	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Каша перловая рассыпчатая	180	26,32	196,80	3,84	7,34	23,28
5	Компот из сухофруктов б/с	200	7,06	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб ржаной	80	10,10	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		179,92	836,45	50,81	40,36	112,84
	Всего:		398,00	1783,81	78,26	60,82	229,85

Калькулятор
Соц. педагог
Медик

Ожигина Е.О.
Васильева С.В.
Ланкова Д.В.

Ожигина Е.О.
Васильева С.В.
Ланкова Д.В.