

ООО "ПКП Перевал"

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю для льготной категории (стол №9)

" 11 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	16,50	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Каша "Геркулес" вязкая	150	13,70	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	108,84	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Киви	156	44,68	45,57	0,80	0,30	9,60
	Итого :		192,95	642,81	21,88	28,60	96,92
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	22,39	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	37,32	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов перловый с курицы	200	101,09	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	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
	Итого :		185,05	798,55	26,49	36,67	104,41
	Всего:		378,00	1441,36	48,37	65,27	201,33

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	16,50	14,00	2,01	13,33	10,44
2	Каша "Геркулес" вязкая	180	16,43	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	108,84	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
			152,87	673,86	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	22,39	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	45,49	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов перловый с курицы	200	101,09	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	17,16	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,20	0,51	41,09
6	Киви	101	28,90	38,00	0,80	0,20	7,50
	Итого :		225,13	914,57	29,57	38,56	127,30
	Всего:		378,00	1588,43	53,17	70,89	226,83

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

" 11 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	16,50	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	13,70	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	90,34	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Киви	77	22,23	36,19	0,62	0,31	6,24
	Итого : ОБЕД		152,00	633,43	21,70	28,61	93,56
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	633,43	21,70	28,61	93,56

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Макароны отварные	150	9,81	220,20	4,59	5,37	27,52
2	Котлета мясная	50	41,20	260,16	5,59	7,68	4,84
3	Чай с сахаром	200	2,70	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржано-пшеничн.	20	2,29	99,90	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		56,00	678,26	12,66	13,23	63,05
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	678,26	12,66	13,23	63,05

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

" 11 " октября 2022 г.

кс - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	16,50	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	13,70	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	108,84	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Киви	156	44,68	73,32	1,25	0,62	12,64
	Итого :		192,95	670,56	22,33	28,92	99,96
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	22,39	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	37,32	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов с курицы	200	101,09	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	17,16	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржаной	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		185,05	798,55	26,49	36,67	104,41
	Всего:		378,00	1469,11	48,82	65,59	204,37

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	80	16,50	14,00	2,01	13,33	10,44
2	Макароны отварные с масл	180	16,43	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	108,84	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,43	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
			152,87	673,86	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	22,39	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	45,49	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов с курицы	200	101,09	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	17,16	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржаной	50/30	10,10	180,70	5,20	0,51	41,09
6	Киви	101	28,90	47,00	0,80	0,40	8,10
	Итого :		225,13	923,57	29,57	38,76	127,90
	Всего:		378,00	1597,43	53,17	71,09	227,43

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В