

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

" 13 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход: (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	19,13	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	40,37	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	150	21,59	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай без сахара	200	2,70	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Банан	302	7,61	289,92	4,53	1,51	63,42
	Итого :		169,49	916,10	25,93	19,32	150,06
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,30	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	38,16	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	111,64	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	23,94	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Напиток из шиповника	200	9,38	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		208,51	910,80	27,57	29,15	132,67
	Всего:		378,00	1826,90	53,50	48,47	282,73

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	19,13	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	40,37	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	180	25,90	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай без сахара	200	2,70	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	50/30	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого		98,20	734,40	24,04	19,43	108,30
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,30	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	46,53	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	111,64	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	28,73	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Напиток из шиповника	200	9,38	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	50/30	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
7	Банан	212	55,12	203,52	3,18	1,06	44,52
	Итого :		279,80	1262,74	35,15	33,33	206,30
	Всего:		378,00	1997,14	59,19	52,76	314,60

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.

М Е Н Ю
" 13 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	19,13	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	40,37	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	21,59	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,70	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Банан		61,12				
	Итого :		152,00	626,18	21,40	17,81	86,64
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	626,18	21,40	17,81	86,64

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рыбные	80	25,94	225,14	13,51	5,65	16,45
2	Пюре картофельное	180	25,90	164,00	3,20	6,80	21,90
3	Чай с сахаром	200	2,70	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,46	191,11	3,68	0,32	28,79
	Итого :		56,00	678,25	20,59	12,77	82,14
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	678,25	20,59	12,77	82,14

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.

М Е Н Ю для льготной категории
" 13 " октября 2022 г.
(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	19,13	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	40,37	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	21,59	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,70	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Банан	302	78,61	289,92	4,53	1,51	63,42
	Итого :		169,49	916,10	25,93	19,32	150,06
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,30	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	38,16	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	111,64	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	23,94	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Кисель	200	9,38	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		208,51	910,80	27,57	29,15	132,67
	Всего:		378,00	1826,90	53,50	48,47	282,73

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	19,13	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	40,37	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	180	25,90	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай с сахаром	200	2,70	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	50/30	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого		98,20	734,40	24,04	19,43	108,30
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	18,30	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	46,53	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	111,64	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	28,73	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Кисель	200	9,38	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	50/30	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
7	Банан	212	55,12	203,52	3,18	1,06	44,52
	Итого :		279,80	1262,74	35,15	33,33	206,30
	Всего:		378,00	1997,14	59,19	52,76	314,60

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.