

## М Е Н Ю для льготной категории

" 13 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Винегрет"	100	16,57	<b>141,00</b>	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	39,60	<b>348,33</b>	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	29,59	<b>250,50</b>	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	17,07	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	160	49,60	<b>75,20</b>	0,80	0,20	7,50
Итого :			<b>157,23</b>	<b>991,19</b>	<b>25,98</b>	<b>32,03</b>	<b>179,00</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	16,39	<b>96,00</b>	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	200	31,95	<b>96,00</b>	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	81,46	<b>220,89</b>	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника	200	19,97	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	36/20	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	127	83,91	<b>48,26</b>	0,80	0,60	20,60
Итого :			<b>240,77</b>	<b>719,83</b>	<b>20,51</b>	<b>23,64</b>	<b>102,32</b>
<b>Всего:</b>			<b>398,00</b>	<b>1711,02</b>	<b>46,49</b>	<b>55,67</b>	<b>281,32</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Винегрет "	100	16,57	<b>141,00</b>	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	39,60	<b>348,33</b>	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	180	35,50	<b>333,75</b>	15,19	14,99	42,42
4	Напиток из ягод	200	17,07	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
6	Мандарин	174	114,73	<b>66,12</b>	0,80	0,20	7,50
			<b>230,14</b>	<b>1097,98</b>	<b>29,57</b>	<b>34,23</b>	<b>156,99</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	16,39	<b>96,00</b>	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	250	39,94	<b>120,00</b>	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	81,46	<b>245,43</b>	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	19,97	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	50/30	10,10	<b>180,70</b>	5,21	0,51	41,09
Итого :			<b>167,86</b>	<b>774,13</b>	<b>23,16</b>	<b>25,94</b>	<b>98,03</b>
<b>Всего:</b>			<b>398,00</b>	<b>1872,11</b>	<b>52,73</b>	<b>60,17</b>	<b>255,02</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

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

" 13 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша пшеничная молочн. с масл.слив.	150/10	25,13	<b>265,00</b>	6,12	9,60	28,60
2	Сыр порциями	40	42,60	<b>126,41</b>	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	18,03	<b>213,50</b>	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	17,07	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	160	49,60	<b>75,20</b>	0,80	0,60	20,60
	Итого :		<b>157,23</b>	<b>856,27</b>	<b>23,45</b>	<b>21,66</b>	<b>97,03</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	16,39	<b>96,00</b>	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	31,95	<b>96,00</b>	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	81,46	<b>220,89</b>	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника б/с	200	19,97	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Мандарин	127	83,91	<b>48,26</b>	0,80	0,20	7,50
	Итого :		<b>240,77</b>	<b>719,83</b>	<b>20,51</b>	<b>23,24</b>	<b>89,22</b>
	<b>Всего:</b>		<b>398,00</b>	<b>1576,10</b>	<b>43,96</b>	<b>44,90</b>	<b>186,25</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Каша пшеничная молочн. с масл.слив.	200/10	31,04	<b>221,15</b>	8,16	12,80	38,15
2	Сыр порциями	40	42,60	<b>105,00</b>	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	18,03	<b>213,50</b>	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	17,07	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	50	6,67	<b>116,50</b>	3,80	0,30	26,15
6	Мандарин	174	114,73	<b>66,12</b>	0,80	0,20	7,50
			<b>230,14</b>	<b>814,55</b>	<b>26,55</b>	<b>24,58</b>	<b>100,80</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат "Сезонный"	100	16,39	<b>96,00</b>	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	39,94	<b>120,00</b>	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	81,46	<b>245,43</b>	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	19,97	<b>132,00</b>	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	<b>180,70</b>	5,21	0,51	41,09
	Итого :		<b>167,86</b>	<b>774,13</b>	<b>23,16</b>	<b>25,94</b>	<b>98,03</b>
	<b>Всего:</b>		<b>398,00</b>	<b>1588,68</b>	<b>49,71</b>	<b>50,52</b>	<b>198,83</b>

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**  
" 13 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Винегрет"	100	16,57	<b>141,00</b>	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	39,60	<b>348,33</b>	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	29,59	<b>250,50</b>	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	17,07	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
6	Киви	169	52,37	<b>79,43</b>	0,40	0,30	10,30
	Итого : <b>ОБЕД</b>		<b>160,00</b>	<b>995,42</b>	<b>25,58</b>	<b>32,13</b>	<b>181,80</b>
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>160,00</b>	<b>995,42</b>	<b>25,58</b>	<b>32,13</b>	<b>181,80</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Салат "Винегрет"	100	16,57	<b>141,00</b>	2,11	10,24	10,15
3	Макароны отварные с сыром	180	35,50	<b>250,50</b>	12,66	12,91	71,75
3	Чай с сахаром	200	6,57	<b>60,00</b>	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржаной	30	1,36	<b>76,60</b>	2,28	0,18	15,69
	Итого : <b>ОБЕД</b>		<b>60,00</b>	<b>528,10</b>	<b>17,25</b>	<b>23,33</b>	<b>112,59</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>60,00</b>	<b>528,10</b>	<b>17,25</b>	<b>23,33</b>	<b>112,59</b>

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В