

М Е Н Ю для льготной категории
" 14 " февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Костер"	100	10,51	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	13,50	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	99,80	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,46	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	138	49,59	52,44	0,40	0,40	9,80
Итого :			182,66	649,68	21,48	28,70	97,12
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	44,51	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200./10	36,20	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов с курицы	200	91,03	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
Итого :			195,34	798,55	26,49	36,67	104,41
Всего:			378,00	1448,23	47,97	65,37	201,53

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Костер"	100	10,51	11,20	2,01	13,33	10,44
2	Макароны отварные с масл	180	16,20	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	99,80	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,46	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
			137,64	671,06	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	44,51	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250./10	44,09	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов с курицы	200	91,03	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	213,87	5,20	0,51	41,09
6	Мандарин	115	34,12	43,70	0,40	0,40	8,10
Итого :			240,36	953,44	29,17	38,76	127,90
Всего:			378,00	1624,50	52,77	71,09	227,43

Калькулятор

Соц.педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.

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

" 14 " февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Костер"	100	10,51	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Каша "Геркулес" вязкая	150	13,50	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	99,80	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,46	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	138	49,59	52,44	0,40	0,40	9,80
	Итого :		182,66	649,68	21,48	28,70	97,12
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	44,51	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	36,20	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов перловый с курицы	200	91,03	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		195,34	798,55	26,49	36,67	104,41
	Всего:		378,00	1448,23	47,97	65,37	201,53

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Костер"	100	10,51	11,20	2,01	13,33	10,44
2	Каша "Геркулес" вязкая	180	16,20	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	99,80	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,46	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
	Итого :		137,64	671,06	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	44,51	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	44,09	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов перловый с курицы	200	91,03	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	16,51	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	213,87	5,20	0,51	41,09
6	Мандарин	115	34,12	43,70	0,80	0,40	8,10
	Итого :		240,36	953,44	29,57	38,76	127,90
	Всего:		378,00	1624,50	53,17	71,09	227,43

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

" 14 " февраля 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Костер"	100	10,51	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	13,50	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100	87,38	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,46	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	105	31,35	39,90	0,40	0,40	8,10
	Итого : ОБЕД		152,00	637,14	21,48	28,70	95,42
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	637,14	21,48	28,70	95,42

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Макароны отварные	180	16,20	220,20	4,59	5,37	27,52
2	Котлета мясная	50	39,72	260,16	5,59	7,68	4,84
3	Чай с сахаром	200	2,38	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржано-пшеничн.	20	1,70	99,90	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		60,00	678,26	12,66	13,23	63,05
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		60,00	678,26	12,66	13,23	63,05

Калькулятор

Соц.педагог

Медик




Ожигина Е.О.

Васильева С.В.

Ланкова Д.В.