

ООО "ПКП Перевал"

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю

" 14 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход: (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	150/10	30,89	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Банан	210	55,46	201,60	3,00	1,00	42,00
	Итого : ОБЕД		152,00	797,25	24,88	23,41	125,75
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	797,25	24,88	23,41	125,75

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	200/10	40,16	351,10	6,78	10,57	34,25
3	Чай с молоком	200	10,17	97,00	1,60	1,60	17,03
4	Хлеб пшеничный	40	5,67	99,90	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		56,00	548,00	10,66	12,35	66,97
	Итого :		0,00	0,00	10,66	12,35	66,97
	Всего:		56,00	548,00	10,66	12,35	66,97

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

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

" 14 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша геркулесовая молочная	150/10	30,89	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Банан	220	58,08	211,20	3,00	1,00	42,00
	Итого :		154,62	806,85	24,88	23,41	125,75
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	29,10	72,00	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	105,06	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	150	30,62	214,15	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый б/с	200	8,98	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб ржаной	56	7,09	42,80	0,94	9,96	42,80
8	Яблоко	142	19,63	66,74	0,40	0,40	8,10
	Итого :		223,38	898,35	30,52	39,89	138,46
	Всего:		378,00	1705,20	55,40	63,30	264,21

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша геркулесовая молочная	200/10	40,16	289,02	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Банан	190	50,17	182,40	3,00	1,00	42,00
	Итого:		157,85	882,92	28,59	25,64	146,28
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	36,37	90,00	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	105,06	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	180	36,74	256,98	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый б/с	200	8,98	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб ржаной	80	10,10	64,20	1,41	0,21	14,94
	Итого :		220,15	913,84	32,19	31,54	111,82
	Всего:		378,00	1796,76	60,78	57,18	258,10

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В



Харитонов Е.В.

М Е Н Ю для льготной категории

14 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	150/10	30,89	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Банан	220	58,08	211,20	3,00	1,00	42,00
	Итого :		154,62	806,85	24,88	23,41	125,75
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	29,10	72,00	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	105,06	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	150	30,62	214,15	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый	200	8,98	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
7	Хлеб ржано-пшен.	20	2,29	42,80	0,94	9,96	42,80
8	Яблоко	142	19,63	66,74	0,40	0,40	8,10
	Итого :		223,38	982,23	33,26	40,07	157,29
	Всего:		378,00	1789,08	58,14	63,48	283,04

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	200/10	40,16	289,02	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,32	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Банан	190	50,17	182,40	3,00	1,00	42,00
	Итого:		157,85	882,92	28,59	25,64	146,28
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	36,37	90,00	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	105,06	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	180	36,74	256,98	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый	200	8,98	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
7	Хлеб ржано-пшен.	30	3,43	64,20	1,41	0,21	14,94
	Итого :		220,15	1030,34	35,99	31,84	137,97
	Всего:		378,00	1913,26	64,58	57,48	284,25

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В