

Меню для льготной категории (стол №9)

15 ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,94	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,64	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	150	49,80	70,50	0,60	0,45	15,45
	Итого :		162,19	837,32	24,45	18,83	108,52
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	30,79	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	200/10	34,88	101,60	1,84	5,76	10,72
3	Печень тушеная в сметане	120	65,02	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Каша перловая рассыпчатая	150	20,84	164,00	3,20	6,80	21,90
5	Компот из сухофруктов б/с	200	9,21	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Слива	114	47,98	55,86	0,91	0,34	10,94
	Итого :		215,81	834,11	50,62	38,72	119,72
	Всего:		378,00	1671,43	75,07	57,55	228,24

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,68	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,68	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	180	26,71	334,80	10,44	9,36	51,12
4	Чай с лимоном б/с	200/7	4,34	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	130	43,16	61,10	0,4	0,3	10,3
			161,24	916,34	27,05	20,36	119,21
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	26,49	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	250/10	41,92	127,00	2,30	7,20	13,40
3	Печень тушеная в сметане	120	64,98	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Каша перловая рассыпчатая	180	27,22	196,80	3,84	7,34	23,28
5	Компот из сухофруктов б/с	200	9,33	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб ржаной	80	10,10	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Слива	87	36,72	49,00	0,8	0,3	9,6
	Итого :		216,76	885,45	51,61	40,66	122,44
	Всего:		378,00	1801,79	78,66	61,02	241,65

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В

ООО "ПКП Перевал"



Утверждаю: Директор МБОУ СОШ № 4



Харитонова Е.В.

" 15 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,94	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,64	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	144	39,61	47,00	0,40	0,30	10,30
	Итого : ОБЕД		152,00	813,82	24,25	18,68	103,37
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	813,82	24,25	18,68	103,37

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленные куриные	50	30,79	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
3	Чай с сахаром	200	2,45	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржано-пшеничн.	20	0,51	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого : ОБЕД		56,00	696,82	22,03	17,04	88,87
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	696,82	22,03	17,04	88,87

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленые куриные	100	70,76	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,94	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	150	22,25	279,00	8,70	7,80	42,6
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,64	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	150	49,80	70,50	0,60	0,45	15,45
	Итого :		162,19	837,32	24,45	18,83	108,52
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	30,79	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	200/10	34,88	101,60	1,84	5,76	10,12
3	Печень тушеная в сметане	120	65,02	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Пюре картофельное	150	20,84	164,00	3,20	6,80	21,90
5	Кисель	200	9,21	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Слива	114	47,98	55,86	0,91	0,34	10,94
	Итого :		215,81	834,11	50,62	38,72	119,72
	Всего:		378,00	1671,43	75,07	57,55	228,24

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Колеты рубленые куриные	100	70,68	273,94	10,29	9,06	12,24
2	Соус сметан. с том. и луком	50	9,68	70,00	1,82	1,34	4,2
3	Каша гречневая	180	26,71	334,80	10,44	9,36	51,12
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,34	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	130	43,16	61,10	0,4	0,3	10,3
			161,24	916,34	27,05	20,36	119,21
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	26,49	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Борщ из св капус с мяс,зел,смет	250/10	41,92	127,00	2,30	7,20	13,40
3	Печень тушеная в сметане	120	64,98	156,08	40,04	14,30	12,54
4	Пюре картофельное	180	27,22	196,80	3,84	7,34	23,28
5	Кисель	200	9,33	118,52	0,10	0,00	31,46
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Слива	87	36,72	49,00	0,8	0,3	9,6
	Итого :		216,76	885,45	51,61	40,66	122,44
	Всего:		378,00	1801,79	78,66	61,02	241,65

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В