

М Е Н Ю для льготной категории

" 15 " сентября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,26	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	37,46	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макаронны отварные с сыром	150	27,12	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	17,02	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	160	71,04	60,80	0,80	0,20	7,50
Итого :			173,70	976,79	25,98	32,03	179,00
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	25,45	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	200	29,65	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,41	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника	200	15,09	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Яблоко	195	73,61	91,65	0,80	0,60	20,60
Итого :			224,30	763,22	20,51	23,64	102,32
Всего:			398,00	1740,01	46,49	55,67	281,32

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет "	100	16,26	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	37,46	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макаронны отварные с сыром	180	32,55	333,75	15,19	14,99	42,42
4	Напиток из ягод	200	17,02	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Апельсин	263	134,62	113,09	0,80	0,20	7,50
			244,58	1144,95	29,57	34,23	156,99
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	18,36	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя с говядиной	250	36,30	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,95	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	14,71	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничн.	50/30	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
Итого :			153,42	774,13	23,16	25,94	98,03
Всего:			398,00	1919,08	52,73	60,17	255,02

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

МЕНЮ для льготной категории (стол №9)

" 15 " сентября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочн. с масл.слив.	150/10	23,69	265,00	6,12	9,60	28,60
2	Сыр порциями	40	48,29	126,41	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	16,40	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	17,02	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	160	71,04	60,80	0,80	0,60	20,60
	Итого :		181,24	841,87	23,45	21,66	97,03
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	18,36	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	29,04	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,95	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника б/с	200	14,71	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Яблоко	195	73,61	91,65	0,80	0,20	7,50
	Итого :		216,76	763,22	20,51	23,24	89,22
	Всего:		398,00	1605,09	43,96	44,90	186,25

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша пшеничная молочн. с масл.слив.	200/10	33,65	221,15	8,16	12,80	38,15
2	Сыр порциями	30	36,22	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Яйцо вареное	40	16,40	213,50	5,40	3,30	18,90
4	Напиток из ягод	200	17,02	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Апельсин	263	134,62	113,09	0,80	0,20	7,50
			244,58	861,52	26,55	24,58	100,80
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	18,36	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	36,30	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	73,95	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	14,71	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
	Итого :		153,42	774,13	23,16	25,94	98,03
	Всего:		398,00	1635,65	49,71	50,52	198,83

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С.В.

Ланкова Д.В.

М Е Н Ю
" 15 " сентября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,26	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Творожная"	100	37,46	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	27,12	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	17,02	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Мандарин	129	57,34	49,02	0,40	0,30	10,30
	Итого : ОБЕД		160,00	965,01	25,58	32,13	181,80
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		160,00	965,01	25,58	32,13	181,80

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,26	141,00	2,11	10,24	10,15
3	Макароны отварные с сыром	180	32,55	250,50	12,66	12,91	71,75
3	Чай с сахаром	200	5,75	60,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржаной	30	5,44	76,60	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		60,00	528,10	17,25	23,33	112,59
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		60,00	528,10	17,25	23,33	112,59

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.