

ООО "ПКП Перевал"

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю

" 17 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	100	25,66	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	12,90	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100	93,52	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	6,09	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	105	17,03	54,05	0,40	0,40	8,10
	Итого :		160,00	651,29	21,48	28,70	95,42
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		160,00	651,29	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	150	12,90	220,20	4,59	5,37	27,52
2	Котлета мясная	50	42,13	260,16	5,59	7,68	4,84
3	Чай с сахаром	200	2,68	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржано-пшеничн.	20	2,29	99,90	2,28	0,18	15,69
	Итого :		60,00	678,26	12,66	13,23	63,05
	ОБЕД						
	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

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	100	25,66	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Макароны отварные с масл	150	12,90	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	114,32	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	6,09	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	141	22,87	66,27	0,40	0,40	9,80
	Итого :		186,64	663,51	21,48	28,70	97,12
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	30,41	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	39,24	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов с курицы	200	114,71	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	19,91	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 :		211,36	798,55	26,49	36,67	104,41
	Всего:		398,00	1462,06	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	Огурцы свежие порцией	100	25,66	11,20	2,01	13,33	10,44
2	Макароны отварные с масл	180	15,48	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	93,52	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с сахаром и лимоном	200/7	6,09	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
			147,42	671,06	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	30,41	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	48,00	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов с курицы	200	114,71	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	19,91	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	Яблоко	169	27,45	79,43	0,40	0,40	8,10
	Итого :		250,58	989,17	29,17	38,76	127,90
	Всего:		398,00	1660,23	52,77	71,09	227,43

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

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

" 17 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Огурцы свежие порцией	100	25,66	11,20	1,61	10,66	8,35
2	Каша "Геркулес" вязкая	150	12,90	221,00	5,30	6,20	35,30
3	Котлета мясная с маслом	100/5	114,32	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	6,09	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	141	22,87	66,27	0,40	0,40	9,80
	Итого :		186,64	663,51	21,48	28,70	97,12
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	30,41	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	200/10	39,24	96,00	3,00	6,00	12,35
3	Плов перловый с курицы	200	114,71	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	19,91	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		211,36	798,55	26,49	36,67	104,41
	Всего:		398,00	1462,06	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	Огурцы свежие порцией	100	25,66	11,20	2,01	13,33	10,44
2	Каша "Геркулес" вязкая	180	15,48	262,20	6,36	7,44	38,10
3	Котлета мясная с маслом	100/5	93,52	221,16	11,13	11,26	9,64
4	Чай с лимоном б/с	200/7	6,09	60,00	0,30	0,00	15,20
5	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
			147,42	671,06	23,60	32,33	99,53
ОБЕД							
1	Салат "Витаминный"	100	30,41	111,37	0,85	11,20	3,37
2	Суп из овощей с мяс,зел, смет	250/10	48,00	120,00	3,76	7,50	15,44
3	Плов перловый с курицы	200	114,71	332,50	18,56	19,15	36,30
4	Напиток из шиповника	200	19,91	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	213,87	5,20	0,51	41,09
6	Яблоко	169	27,45	79,43	0,80	0,40	8,10
	Итого :		250,58	989,17	29,57	38,76	127,90
	Всего:		398,00	1660,23	53,17	71,09	227,43

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В