

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

М Е Н Ю для льготной категории

21 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,75	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Российская"	100	23,90	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	31,18	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	13,48	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	260	74,36	122,20	1,04	0,78	26,78
Итого :			164,47	1038,19	26,22	32,61	198,28
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	16,48	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	29,71	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	180	74,18	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника	200	17,02	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	Апельсин	252	69,05	108,36	2,27	0,50	20,40
Итого :			213,53	779,93	21,98	23,54	102,12
Всего:			378,00	1818,12	48,20	56,15	300,40

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет "	100	16,75	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Российская"	100	23,90	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	180	37,42	333,75	15,19	14,99	42,42
4	Напиток из ягод	200	13,48	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
6	Груша	220	62,92	103,40	0,88	0,66	22,66
			161,14	1135,26	29,65	34,69	172,15
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	16,48	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	37,14	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	74,18	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	17,02	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
6	Киви	226	61,94	97,18	2,03	0,45	18,31
Итого :			216,86	871,31	25,19	26,39	116,34
Всего:			378,00	2006,57	54,84	61,08	288,49

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
" 21 " октября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Винегрет"	100	16,75	141,00	2,11	10,24	10,15
2	Булочка "Российская"	100	23,90	348,33	7,17	8,50	60,67
3	Макароны отварные с сыром	150	31,18	250,50	12,66	12,91	71,75
4	Напиток из ягод	200	13,48	92,28	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
6	Груша	216	61,89	101,52	0,86	0,65	22,25
	Итого : ОБЕД		152,00	1017,51	26,04	32,48	193,75
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	1017,51	26,04	32,48	193,75

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Винегрет с морск. кап с масл раст	80	13,40	141,00	2,11	10,24	10,15
3	Макароны отварные с сыром	180	37,42	250,50	12,66	12,91	71,75
3	Чай с сахаром	200	2,61	60,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб ржаной	20	2,57	76,60	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		56,00	528,10	17,25	23,33	112,59
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		56,00	528,10	17,25	23,33	112,59

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

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

21 октября 2022 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	36,30	165,86	6,12	9,60	28,60
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток из ягод	200	13,48	92,28	0,50	0,00	10,10
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Груша	260	74,36	122,20	1,04	0,78	26,78
	Итого :		164,47	569,22	18,29	18,54	84,31
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	16,48	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	200	29,71	96,00	2,24	4,64	11,12
3	Голубцы "Ленивые"	180	74,18	220,89	12,27	14,00	11,09
4	Напиток из шиповника б/с	200	17,02	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Апельсин	252	69,05	108,36	2,27	0,50	20,40
	Итого :		213,53	779,93	21,98	23,54	102,12
	Всего:		378,00	1349,15	40,27	42,08	186,43

(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	42,54	221,15	8,16	12,80	38,15
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток из ягод	200	13,48	92,28	0,50	0,00	10,10
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Груша	220	62,92	103,40	0,88	0,66	22,66
			161,14	638,33	21,23	21,74	97,06
ОБЕД							
1	Салат "Сезонный"	100	16,48	96,00	1,12	4,08	7,12
2	Суп-лапша домашняя	250	37,14	120,00	2,80	5,80	13,90
3	Голубцы "Ленивые"	200	74,18	245,43	13,63	15,55	12,32
4	Напиток из шиповника	200	17,02	132,00	0,40	0,00	23,60
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,21	0,51	41,09
6	Киви	226	61,94	97,18	2,03	0,45	18,31
	Итого :		216,86	871,31	25,19	26,39	116,34
	Всего:		378,00	1509,64	46,42	48,13	213,40

Калькулятор

Соц. педагог

Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.