

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю.
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

М Е Н Ю

" 22 " декабря 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,01	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,22	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	21,57	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,36	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Яблоко	223	55,75	81,31	0,40	0,30	10,30
	Итого : ОБЕД		152,00	707,49	21,80	18,11	96,94
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	707,49	21,80	18,11	96,94

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рыбные	80	26,98	225,14	13,51	5,65	16,45
2	Пюре картофельное	180	25,70	164,00	3,20	6,80	21,90
3	Чай с сахаром	200	2,36	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	30	0,96	191,11	3,68	0,32	28,79
	Итого : ОБЕД		56,00	678,25	20,59	12,77	82,14
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		56,00	678,25	20,59	12,77	82,14

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С.В.

Медик

Ланкова Д.В.

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

" 22 " декабря 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,01	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,22	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	150	21,57	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай без сахара	200	2,36	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	1 руша	234	84,06	116,09	0,40	0,30	10,30
	Итого :		180,31	742,27	21,80	18,11	96,94
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	17,25	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	36,45	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	105,82	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	22,25	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Напиток из шиповника	200	8,83	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		197,69	910,80	27,57	29,15	132,67
	Всего:		378,00	1653,07	49,37	47,26	229,61

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,01	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,22	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	180	25,88	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай без сахара	200	2,36	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	80	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого		103,57	734,40	24,04	19,43	108,30
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	17,25	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	44,40	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	105,82	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	26,69	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Напиток из шиповника	200	8,83	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	80	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
7	Апельсин	262	61,34	94,00	0,40	0,30	10,30
	Итого :		274,43	1153,22	32,37	32,57	172,08
	Всего:		378,00	1887,62	56,41	52,00	280,38

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В



М Е Н Ю для льготной категории

" 22 " декабря 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,01	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,22	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	21,57	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,36	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Груша	234	84,06	116,09	0,40	0,30	10,30
	Итого :		180,31	742,27	21,80	18,11	96,94
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	17,25	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	36,45	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	105,82	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	22,25	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Кисель	200	8,83	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	36/20	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		197,69	910,80	27,57	29,15	132,67
	Всего:		378,00	1653,07	49,37	47,26	229,61

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	26,01	96,00	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные с маслом	100/5	39,22	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	180	25,88	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай с сахаром	200	2,36	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	50/30	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого		103,57	734,40	24,04	19,43	108,30
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	17,25	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	44,40	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	105,82	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	26,69	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Кисель	200	8,83	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	50/30	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
7	Апельсин	262	61,34	94,00	0,40	0,30	10,30
	Итого :		274,43	1153,22	32,37	32,57	172,08
	Всего:		378,00	1887,62	56,41	52,00	280,38

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.