

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	18,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	78,70	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная" с творогом	70	27,97	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,39	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	30	4,00	<b>69,90</b>	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	108	27,10	<b>50,76</b>	0,40	0,4	8,1
	Итого :		<b>158,48</b>	<b>813,20</b>	<b>26,52</b>	<b>27,36</b>	<b>169,09</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	28,70	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200/10	35,68	<b>111,20</b>	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	95,19	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	8,92	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Груша	130	43,94	<b>61,10</b>	0,52	0,39	13,39
	Итого :		<b>219,52</b>	<b>796,05</b>	<b>27,43</b>	<b>29,08</b>	<b>108,56</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1609,25</b>	<b>53,95</b>	<b>56,44</b>	<b>277,65</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	180	21,98	<b>170,00</b>	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100/5	78,70	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная"	70	27,97	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,39	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	40	5,33	<b>93,20</b>	2,74	0,18	18,83
	Итого :		<b>136,37</b>	<b>814,74</b>	<b>27,32</b>	<b>29,06</b>	<b>166,72</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	28,70	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250/10	43,43	<b>139,00</b>	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	95,19	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	8,92	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	50/30	10,10	<b>180,70</b>	3,68	0,32	28,79
6	Яблоко	221	55,29	<b>103,87</b>	0,88	0,88	17,9
	Итого :		<b>241,63</b>	<b>920,64</b>	<b>28,19</b>	<b>30,93</b>	<b>114,07</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1735,38</b>	<b>55,51</b>	<b>59,99</b>	<b>280,79</b>

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

"23" ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	18,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	78,70	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Булочка "Чайная" с твор.	70	27,97	<b>258,00</b>	7,00	9,00	75,00
4	Чай с сахаром	200	2,39	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб пшеничный	30	4,00	<b>69,90</b>	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	150	20,62	<b>70,50</b>	0,60	0,6	12,15
	Итого : <b>ОБЕД</b>		<b>152,00</b>	<b>832,94</b>	<b>26,72</b>	<b>27,56</b>	<b>173,14</b>
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего:</b>		<b>152,00</b>	<b>832,94</b>	<b>26,72</b>	<b>27,56</b>	<b>173,14</b>

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	18,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	50	30,79	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Чай с сахаром	200	2,39	<b>98,00</b>	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	36	4,50	<b>133,20</b>	2,28	0,18	15,69
	Итого : <b>ОБЕД</b>		<b>56,00</b>	<b>605,74</b>	<b>18,76</b>	<b>17,96</b>	<b>73,65</b>
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Всего:</b>		<b>56,00</b>	<b>605,74</b>	<b>18,76</b>	<b>17,96</b>	<b>73,65</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В



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

" 23 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	150	18,32	<b>141,00</b>	3,80	6,90	28,27
2	Котлета из курицы	100/5	78,70	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	27,97	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,39	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб ржаной	30	4,00	<b>69,90</b>	2,74	0,18	18,83
6	Яблоко	108	27,10	<b>50,76</b>	0,40	0,4	8,1
	Итого :		<b>158,48</b>	<b>660,20</b>	<b>27,41</b>	<b>25,34</b>	<b>94,09</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервир. порцией	100	28,70	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200/10	35,68	<b>111,20</b>	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	95,19	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый б/с	200	8,92	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	56	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
6	Груша	130	43,94	<b>61,10</b>	0,52	0,39	13,39
	Итого :		<b>219,52</b>	<b>796,05</b>	<b>27,43</b>	<b>29,08</b>	<b>108,56</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1456,25</b>	<b>54,84</b>	<b>54,42</b>	<b>202,65</b>

( с 12 и старше )

№ п/п	Наименование продукции	Выход ( гр. )	Цена ( руб. )	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Капуста тушеная	180	21,98	<b>170,00</b>	5,00	9,00	34,00
2	Котлета из курицы	100/5	78,70	<b>233,54</b>	12,48	10,88	14,69
3	Сыр порцией	25	27,97	<b>105,00</b>	7,89	6,98	0
4	Чай с лимоном б/с	200	2,39	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
5	Хлеб ржаной	40	5,33	<b>93,20</b>	2,74	0,18	18,83
	Итого :		<b>136,37</b>	<b>661,74</b>	<b>28,21</b>	<b>27,04</b>	<b>91,72</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Огурцы консервиров. порцией	100	28,70	<b>13,00</b>	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250/10	43,43	<b>139,00</b>	2,30	6,80	9,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	95,19	<b>391,79</b>	19,03	17,73	39,38
4	Напиток апельсиновый	200	8,92	<b>92,28</b>	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб ржаной	80	10,10	<b>180,70</b>	0,67	0,67	13,61
6	Яблоко	221	55,29	<b>103,87</b>	0,88	0,88	17,90
	Итого :		<b>241,63</b>	<b>920,64</b>	<b>25,18</b>	<b>31,28</b>	<b>98,89</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1582,38</b>	<b>53,39</b>	<b>58,32</b>	<b>190,61</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.