

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	150/10	30,55	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,20	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	309	77,38	145,23	1,20	1,20	24,30
	Итого :		173,46	740,88	23,08	23,61	108,05
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	29,46	72,00	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	107,44	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	150	29,69	214,15	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый	200	7,96	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
7	Хлеб ржано-пшен.	20	2,29	42,80	0,94	9,96	42,80
	Итого :		204,54	915,49	32,86	39,67	149,19
	Всего:		378,00	1656,37	55,94	63,28	257,24

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	200/10	39,70	289,02	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,20	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Яблоко	200	50,05	94,00	0,80	0,80	16,20
	Итого:		157,15	794,52	26,39	25,44	120,48
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	36,83	90,00	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	107,44	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Макароны отварные с овощами	180	35,62	256,98	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый	200	7,96	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
7	Хлеб ржано-пшен.	30	3,43	64,20	1,41	0,21	14,94
	Итого :		220,85	1030,34	35,99	31,84	137,97
	Всего:		378,00	1824,86	62,38	57,28	258,45

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

28 " ноября 2022 г.



(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	150/10	30,55	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Какао с молоком	200	25,20	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	224	55,92	104,34	0,80	0,80	16,20
	Итого : ОБЕД		152,00	699,99	22,68	23,21	99,95
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	699,99	22,68	23,21	99,95

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша рисовая молочная	200/10	39,70	351,10	6,78	10,57	34,25
3	Чай с молоком	200	10,11	97,00	1,60	1,60	17,03
4	Хлеб пшеничный	46	6,19	99,90	2,28	0,18	15,69
	Итого : ОБЕД		56,00	548,00	10,66	12,35	66,97
	Итого :		0,00	0,00	10,66	12,35	66,97
	Всего:		56,00	548,00	10,66	12,35	66,97

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В



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

" 28 " ноября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша геркулесовая молочная	150/10	30,55	216,77	6,35	9,25	32,42
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,20	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	309	77,38	145,23	1,20	1,20	24,30
	Итого :		173,46	740,88	23,08	23,61	108,05
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	200	29,46	72,00	1,60	1,92	11,84
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	107,44	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	150	29,69	214,15	6,00	6,60	31,80
5	Напиток апельсиновый б/с	200	7,96	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб ржаной	56	7,09	42,80	0,94	9,96	42,80
	Итого :		204,54	831,61	30,12	39,49	130,36
	Всего:		378,00	1572,49	53,20	63,10	238,41

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Каша геркулесовая молочная	200/10	39,70	289,02	9,00	11,36	45,63
2	Сыр порциями	30	35,53	105,00	7,89	7,98	0,00
3	Напиток кофейный на молоке	200	25,20	190,00	4,90	5,00	32,50
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
5	Яблоко	200	50,05	94,00	0,80	0,80	16,20
	Итого:		157,15	794,52	26,39	25,44	120,48
ОБЕД							
1	Салат "Уральский"	100	22,90	148,00	7,00	10,50	6,65
2	Суп картоф. с мясн. фрикад.	250	36,83	90,00	2,00	2,40	14,80
3	Котлеты мясные с маслом	100/5	107,44	258,66	14,48	10,51	12,07
4	Капуста тушеная	180	35,62	256,98	7,20	7,92	38,16
5	Напиток апельсиновый б/с	200	7,96	96,00	0,10	0,00	25,20
6	Хлеб ржаной	80	10,10	64,20	1,41	0,21	14,94
	Итого :		220,85	913,84	32,19	31,54	111,82
	Всего:		378,00	1708,36	58,58	56,98	232,30

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В