

М Е Н Ю для льготной категории

" 03 " марта 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	133,00	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущенное	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,32	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	214	57,83	100,58	0,45	0,45	9,07
			210,58	646,06	22,78	23,60	101,02
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	100	41,02	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Суп картоф. с горохом, зел.смет.	200	28,02	132,40	4,92	4,48	17,80
3	Макароньы отварные с маслом	150	13,50	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Колбаса отварная	80	69,57	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофруктов	200	8,22	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,29	42,80	0,94	0,14	9,96
Итого :			167,42	849,88	27,01	29,59	126,72
Всего:			378,00	1495,94	49,79	53,19	227,74

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	170	150,73	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Молоко сгущенное	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	4,32	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	125	33,72	58,75	0,78	0,78	15,71
			206,07	672,85	24,58	26,21	109,34
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	80	32,82	14,00	1,40	5,10	8,90
2	Суп картоф. с горохом, зел.смет.	250	35,02	165,50	6,15	5,60	22,25
3	Макароньы отварные с маслом	180	16,20	265,20	6,36	7,44	42,36
4	Колбаса отварная	80	69,57	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофруктов	200	8,22	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный	50	6,67	116,50	3,80	0,30	26,15
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,43	64,20	1,41	0,21	14,94
Итого :			171,93	982,20	30,43	32,04	150,83
Всего:			378,00	1655,05	55,01	58,25	260,17

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
" 03 " марта 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	140	124,13	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	10	5,32	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром	200	2,47	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб пшеничный	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	100	15,28	47,00	0,40	0,4	8,1
	Итого : ОБЕД		152,00	592,48	22,73	23,55	100,05
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		152,00	592,48	22,73	23,55	100,05

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	70	49,92	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	10	5,32	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с сахаром	200	2,47	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,29	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого : ОБЕД		60,00	545,48	22,33	23,15	91,95
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		60,00	545,48	22,33	23,15	91,95

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В

МЕНЮ для льготной категории (стол №9)

" 03 " марта 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	133,00	270,00	14,97	17,87	29,52
2	Сметана	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с лимоном б/с	200/7	4,32	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржаной	36	4,80	83,88	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	214	57,83	100,58	0,45	0,45	9,07
			210,58	646,06	22,78	23,60	101,02
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	100	41,02	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Суп картоф. с горохом, зел. смет.	200	28,02	132,40	4,92	4,48	17,80
3	Каша ячневая, вязкая	150	13,50	221,00	5,30	6,20	35,30
4	Колбаса отварная	80	69,57	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофр. б/с	200	8,22	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	56	7,09	83,88	2,74	0,18	18,83
	Итого :		167,42	807,08	26,07	29,45	116,76
	Всего:		378,00	1453,14	48,85	53,05	217,78

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	170	150,73	306,00	16,44	20,15	31,20
2	Сметана	20	10,63	131,60	4,32	5,10	28,40
3	Чай с лимоном б/с	200/7	4,32	60,00	0,30	0,00	15,20
4	Хлеб ржаной	50	6,67	116,50	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	125	33,72	58,75	0,78	0,78	15,71
			206,07	672,85	24,58	26,21	109,34
ОБЕД							
1	Огурцы свежие порцией	80	32,82	14,00	1,40	5,10	8,90
2	Суп картоф. с горохом, зел. смет.	250	35,02	165,50	6,15	5,60	22,25
3	Каша ячневая, вязкая	180	16,20	265,20	6,36	7,44	42,36
4	Колбаса отварная	80	69,57	232,80	10,81	13,39	4,73
5	Компот из смеси сухофр. б/с	200	8,22	124,00	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	80	10,10	116,50	3,80	0,30	26,15
	Итого :		171,93	918,00	29,02	31,83	135,89
	Всего:		378,00	1590,85	53,60	58,04	245,23

Калькулятор
Соц. педагог
Медик

Ожигина Е.О.

Васильева С В

Ланкова Д.В.