

М Е Н Ю для льготной категории

" 06 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	17,13	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	42,09	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	21,93	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,68	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	228	95,73	107,16	0,67	0,50	17,30
	Итого :		186,65	675,74	22,07	18,31	103,94
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,80	112,80	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	39,99	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	117,85	161,04	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,56	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Кисель	200	7,06	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 :		211,35	842,34	27,57	29,15	132,67
	Всего:		398,00	1518,08	49,64	47,46	236,61

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	17,13	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	42,09	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	180	26,32	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай с сахаром	200	2,68	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб пшеничный/ржано-пш.	50/30	10,10	180,70	5,68	0,58	46,07
6	Мандарин	109	73,38	41,42	0,40	0,4	8,1
	Итого		171,70	735,22	24,44	19,83	116,40
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,80	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	48,82	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	117,85	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,67	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Кисель	200	7,06	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
	Итого :		226,30	1059,22	31,97	32,27	161,78
	Всего:		398,00	1794,44	56,41	52,10	278,18

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

" 06 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	17,13	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	42,09	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	21,93	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай с сахаром	200	2,68	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	165	69,08	77,55	0,4	0,4	8,1
	Итого : ОБЕД		160,00	646,13	21,80	18,21	94,74
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		160,00	646,13	21,80	18,21	94,74

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рыбные	100	34,15	225,14	13,51	5,65	16,45
2	Пюре картофельное	150	21,93	164,00	3,20	6,80	21,90
3	Чай с сахаром	200	2,68	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	30	1,24	191,11	3,68	0,32	28,79
	Итого : ОБЕД		60,00	678,25	20,59	12,77	82,14
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		60,00	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)

" 06 " октября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	17,13	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	42,09	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	150	21,93	164,00	3,20	6,80	21,90
4	Чай без сахара	200	2,68	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
6	Груша	228	95,13	107,16	0,67	0,50	17,30
	Итого :		186,65	675,74	22,07	18,31	103,94
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,80	112,80	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	39,99	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	117,85	161,04	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,56	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Напиток из шиповника	200	7,06	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
	Итого :		211,35	842,34	27,57	29,15	132,67
	Всего:		398,00	1518,08	49,64	47,46	236,61

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	17,13	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	42,09	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	180	26,32	196,80	3,84	8,16	26,28
4	Чай без сахара	200	2,68	58,00	0,20	0,00	15,00
5	Хлеб ржаной	80	10,10	180,70	5,68	0,58	46,07
6	Мандарин	109	73,38	41,42	0,40	0,4	8,1
	Итого		171,70	735,22	24,44	19,83	116,40
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,80	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	48,82	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	117,85	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,67	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Напиток из шиповника	200	7,06	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	80	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
	Итого :		226,30	1059,22	31,97	32,27	161,78
	Всего:		398,00	1794,44	56,41	52,10	278,18

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С.В.

Медик

Ланкова Д.В.