

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

М Е Н Ю для льготной категории

" 08 сентября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п          | Наименование продукции      | Выход (гр.) | Цена (руб.)   | Калорийность (ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-----------------------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                             |             |               |                      |              |              |               |
| 1              | Запеканка из творога        | 150         | 127,59        | <b>270,00</b>        | 14,97        | 17,87        | 29,52         |
| 2              | Молоко сгущеное             | 20          | 10,10         | <b>65,80</b>         | 2,16         | 2,55         | 14,20         |
| 3              | Чай с сахаром и лимоном     | 200         | 4,58          | <b>60,00</b>         | 0,10         | 0,00         | 24,20         |
| 4              | Хлеб пшеничный              | 36          | 4,80          | <b>83,88</b>         | 2,74         | 0,18         | 18,83         |
| 5              | Мандарин                    | 100         | 21,24         | <b>38,00</b>         | 0,8          | 0,2          | 7,5           |
|                | Итого :                     |             | <b>168,31</b> | <b>517,68</b>        | <b>20,77</b> | <b>20,80</b> | <b>94,25</b>  |
| <b>ОБЕД</b>    |                             |             |               |                      |              |              |               |
| 1              | Салат свекла с сыром        | 100         | 26,07         | <b>145,99</b>        | 3,12         | 6,42         | 4,31          |
| 2              | Уха Ростовская с зеленью    | 200/25      | 28,11         | <b>142,40</b>        | 12,76        | 4,32         | 12,96         |
| 3              | Тефтели мясные              | 100         | 92,55         | <b>276,57</b>        | 8,95         | 10,40        | 9,67          |
| 4              | Рис припущенный             | 150         | 17,66         | <b>209,00</b>        | 2,85         | 7,29         | 27,07         |
| 5              | Компот из смеси сухофруктов | 200         | 10,21         | <b>124,00</b>        | 0,50         | 0,00         | 31,50         |
| 6              | Хлеб пшеничный/ржаной       | 36/20       | 7,09          | <b>126,68</b>        | 3,68         | 0,32         | 28,79         |
|                | Итого :                     |             | <b>181,69</b> | <b>1024,64</b>       | <b>31,86</b> | <b>28,75</b> | <b>114,30</b> |
|                | <b>Всего:</b>               |             | <b>350,00</b> | <b>1542,32</b>       | <b>52,63</b> | <b>49,55</b> | <b>208,55</b> |

(с 12 и старше)

| № п/п          | Наименование продукции      | Выход (гр.) | Цена (руб.)   | Калорийность (ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
|----------------|-----------------------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                             |             |               |                      |              |              |               |
| 1              | Запеканка из творога        | 170         | 144,60        | <b>306,00</b>        | 16,44        | 20,15        | 31,20         |
| 2              | Молоко сгущеное             | 10          | 5,05          | <b>32,10</b>         | 0,79         | 0,87         | 5,44          |
| 3              | Чай с сахаром и лимоном     | 200         | 4,58          | <b>60,00</b>         | 0,10         | 0,00         | 24,20         |
| 4              | Хлеб пшеничный              | 40          | 5,33          | <b>93,20</b>         | 2,74         | 0,18         | 18,83         |
|                |                             |             | <b>159,56</b> | <b>491,30</b>        | <b>20,07</b> | <b>21,20</b> | <b>79,67</b>  |
| <b>ОБЕД</b>    |                             |             |               |                      |              |              |               |
| 1              | Салат свекла с сыром        | 100         | 26,07         | <b>145,99</b>        | 3,12         | 6,42         | 4,31          |
| 2              | Уха Ростовская с зеленью    | 250/25      | 33,57         | <b>178,00</b>        | 15,95        | 5,40         | 16,20         |
| 3              | Тефтели мясные              | 100         | 92,55         | <b>276,57</b>        | 8,95         | 10,40        | 9,67          |
| 4              | Рис припущенный             | 180         | 21,19         | <b>250,80</b>        | 4,32         | 7,20         | 44,52         |
| 5              | Компот из смеси сухофруктов | 200         | 10,21         | <b>124,00</b>        | 0,50         | 0,00         | 31,50         |
| 6              | Хлеб пшеничный/ржаной       | 36/30       | 6,85          | <b>148,08</b>        | 4,15         | 0,39         | 33,77         |
|                | Итого :                     |             | <b>190,44</b> | <b>1123,44</b>       | <b>36,99</b> | <b>29,81</b> | <b>139,97</b> |
|                | <b>Всего:</b>               |             | <b>350,00</b> | <b>1614,74</b>       | <b>57,06</b> | <b>51,01</b> | <b>219,64</b> |

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.

ООО ПКП "Перевал"

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.



М Е Н Ю

9 сентября 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

| № п/п          | Наименование продукции  | Выход (гр.) | Цена (руб.)   | Калорийность (ккал.) | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
|----------------|-------------------------|-------------|---------------|----------------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                         |             |               |                      |              |              |              |
| 1              | Запеканка из творога    | 150         | 103,38        | <b>270,00</b>        | 14,97        | 17,87        | 29,52        |
| 2              | Молоко сгущеное         | 10          | 5,05          | <b>32,10</b>         | 0,79         | 0,87         | 5,44         |
| 3              | Чай с сахаром и лимоном | 200         | 4,58          | <b>60,00</b>         | 0,10         | 0,00         | 24,20        |
| 4              | Хлеб пшеничный          | 36          | 4,80          | <b>83,88</b>         | 2,74         | 0,18         | 18,83        |
| 5              | Мандарин                | 100         | 22,19         | <b>38,00</b>         | 0,8          | 0,2          | 7,5          |
|                | Итого :                 |             | <b>140,00</b> | <b>483,98</b>        | <b>19,40</b> | <b>19,12</b> | <b>85,49</b> |
|                | <b>ОБЕД</b>             |             |               |                      |              |              |              |
|                | Итого :                 |             | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>          |              |              |              |
|                | <b>Всего:</b>           |             | <b>140,00</b> | <b>483,98</b>        | <b>19,40</b> | <b>19,12</b> | <b>85,49</b> |

(с 12 и старше)

| № п/п          | Наименование продукции | Выход (гр.) | Цена (руб.)  | Калорийность (ккал.) | Белки       | Жиры        | Углеводы     |
|----------------|------------------------|-------------|--------------|----------------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                        |             |              |                      |             |             |              |
| 1              | Запеканка из творога   | 70          | 45,60        | <b>270,00</b>        | 7,74        | 9,48        | 14,68        |
| 2              | Молоко сгущеное        | 10          | 5,05         | <b>32,10</b>         | 0,08        | 0,00        | 10,33        |
| 3              | Чай с сахаром          | 200         | 3,06         | <b>60,00</b>         | 0,20        | 0,00        | 15,00        |
| 4              | Хлеб украинский        | 20          | 2,29         | <b>83,88</b>         | 1,52        | 0,12        | 10,46        |
|                | Итого :                |             | <b>56,00</b> | <b>445,98</b>        | <b>9,54</b> | <b>9,60</b> | <b>50,47</b> |
|                | <b>ОБЕД</b>            |             |              |                      |             |             |              |
|                | Итого :                |             | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>          |             |             |              |
|                | <b>Всего:</b>          |             | <b>56,00</b> | <b>445,98</b>        | <b>9,54</b> | <b>9,60</b> | <b>50,47</b> |

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц. педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В