

ООО ПКП "Перевал"


 Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонова Е.В.

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

"08" сентября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	16,44	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	38,99	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	150	19,85	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	Нектарин	134	14,95	62,98	0,67	0,50	17,30
	Итого :		160,00	631,56	22,07	18,31	103,94
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,88	112,80	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	37,20	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	103,89	161,04	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,10	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Напиток из шиповника	200	7,54	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	56	7,09	126,68	3,68	0,32	28,79
7	Яблоко	136	45,30	62,51	0,80	0,60	20,60
	Итого :		238,00	904,85	28,37	29,75	153,27
	Всего:		398,00	1536,41	50,44	48,06	257,21

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	16,44	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	38,99	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Каша перловая рассыпчатая	180	23,81	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	Нектарин	100	56,00	47,00	0,80	0,6	20,6
	Итого		148,02	740,80	24,84	20,03	128,90
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,88	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	45,34	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	103,89	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,71	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Напиток из шиповника	200	7,54	118,52	0,10	0,00	40,10
6	Хлеб ржаной	80	10,10	202,10	5,68	0,58	46,07
7	Яблоко	200	43,52	94,00	0,80	0,6	20,6
	Итого :		249,98	1153,22	32,77	32,87	182,38
	Всего:		398,00	1894,02	57,61	52,90	311,28

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 для льготной категории

" 08 " сентября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	16,44	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	38,99	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	19,85	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	Нектарин	134	74,95	62,98	0,67	0,50	17,30
	Итого :		160,00	631,56	22,07	18,31	103,94
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,88	112,80	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	200/10	37,20	114,30	2,64	5,20	13,32
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	103,89	161,04	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,10	209,00	8,70	7,80	42,60
5	Кисель	200	7,54	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
7	Яблоко	136	45,30	62,51	0,80	0,60	20,60
	Итого :		238,00	904,85	28,37	29,75	153,27
	Всего:		398,00	1536,41	50,44	48,06	257,21

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	16,44	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	38,99	181,50	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	180	23,81	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	Нектарин	100	56,00	47,00	0,80	0,6	20,6
	Итого		148,02	740,80	24,84	20,03	128,90
ОБЕД							
1	Салат Винегрет с морск.кап.	100	23,88	141,00	0,70	5,05	3,40
2	Рассольник Ленинг. с мяс,зел,смет	250/10	45,34	145,50	3,30	6,50	16,63
3	Бефстроганов из отварного мяса	100	103,89	201,30	11,75	10,78	4,46
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,71	250,80	10,44	9,36	51,12
5	Кисель	200	7,54	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
7	Яблоко	200	43,52	94,00	0,80	0,6	20,6
	Итого :		249,98	1153,22	32,77	32,87	182,38
	Всего:		398,00	1894,02	57,61	52,90	311,28

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

" 08 " сентября 2023 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Салат "Сезонный"	100	16,44	76,80	0,81	5,04	4,50
2	Котлеты рыбные	100/5	38,99	143,10	13,51	5,65	16,45
3	Пюре картофельное	150	19,85	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	Нектарин	134	74,95	62,98	0,67	0,50	17,30
	Итого : ОБЕД		160,00	631,56	22,07	18,31	103,94
	Итого :		0,00	0,00			
	Всего:		160,00	631,56	22,07	18,31	103,94

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Котлеты рыбные	100	33,39	225,14	13,51	5,65	16,45
2	Пюре картофельное	150	19,85	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	4,08	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