

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 4

Для Харитонова Е.В.

М Е Н Ю

09" марта 2023 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	140	124,17	<b>270,00</b>	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	10	5,09	<b>65,80</b>	2,16	2,55	14,20
3	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32	<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	Яблоко	100	13,62	<b>47,00</b>	0,4	0,4	8,1
	Итого :		<b>152,00</b>	<b>526,68</b>	<b>20,37</b>	<b>21,00</b>	<b>94,85</b>
	<b>ОБЕД</b>						
	Итого :		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Всего:</b>		<b>152,00</b>	<b>526,68</b>	<b>20,37</b>	<b>21,00</b>	<b>94,85</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	50,15	<b>270,00</b>	7,74	9,48	14,68
2	Молоко сгущеное	10	5,09	<b>32,10</b>	0,08	0,00	10,33
3	Чай с сахаром	200	2,47	<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>60,00</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>60,00</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

ООО ПКП "Перевал"

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 4

Харитонов Е.В.

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

№ 09 " марта 2023 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	133,04	<b>270,00</b>	14,97	17,87	29,52
2	Сметана	20	10,17	<b>65,80</b>	2,16	2,55	14,20
3	Чай с лимоном б/с	200	4,32	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб ржаной	36	4,80	<b>83,88</b>	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	146	39,29	<b>68,62</b>	0,62	0,62	12,56
	Итого :		<b>191,62</b>	<b>548,30</b>	<b>20,59</b>	<b>21,22</b>	<b>99,31</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Икра свекольная	100	27,97	<b>145,99</b>	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	200/25	40,07	<b>142,40</b>	12,76	4,32	12,96
3	Тефтели мясные	100	85,87	<b>276,57</b>	8,95	10,40	9,67
4	Каша ячневая, вязкая	150	17,16	<b>209,00</b>	2,85	7,29	27,07
5	Компот из смеси сухофр.б/с	200	8,22	<b>124,00</b>	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	56	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
	Итого :		<b>186,38</b>	<b>1024,64</b>	<b>31,86</b>	<b>28,75</b>	<b>114,30</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1572,94</b>	<b>52,45</b>	<b>49,97</b>	<b>213,61</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	160	141,91	<b>306,00</b>	16,44	20,15	31,20
2	Сметана	10	5,09	<b>32,10</b>	0,79	0,87	5,44
3	Чай с лимоном б/с	200	4,32	<b>60,00</b>	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб ржаной	40	5,33	<b>93,20</b>	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	102	27,60	<b>47,94</b>	0,4	0,4	9,8
			<b>184,25</b>	<b>539,24</b>	<b>20,47</b>	<b>21,60</b>	<b>89,47</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Икра свекольная	80	22,38	<b>145,99</b>	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	250/25	48,46	<b>178,00</b>	15,95	5,40	16,20
3	Тефтели мясные	100	85,87	<b>276,57</b>	8,95	10,40	9,67
4	Каша ячневая, вязкая	180	20,59	<b>250,80</b>	4,32	7,20	44,52
5	Компот из смеси сухофр.б/с	200	8,22	<b>124,00</b>	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб ржаной	56	8,23	<b>148,08</b>	4,15	0,39	33,77
	Итого :		<b>193,75</b>	<b>1123,44</b>	<b>36,99</b>	<b>29,81</b>	<b>139,97</b>
<b>Всего:</b>			<b>378,00</b>	<b>1662,68</b>	<b>57,46</b>	<b>51,41</b>	<b>229,44</b>

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

09 марта 2023 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	133,04	<b>270,00</b>	14,97	17,87	29,52
2	Молоко сгущеное	20	10,17	<b>65,80</b>	2,16	2,55	14,20
3	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32	<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	Яблоко	146	39,29	<b>70,03</b>	0,62	0,62	12,56
	Итого :		<b>191,62</b>	<b>549,71</b>	<b>20,59</b>	<b>21,22</b>	<b>99,31</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат свекла с сыром	100	27,97	<b>145,99</b>	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	200/25	40,07	<b>142,40</b>	12,76	4,32	12,96
3	Тефтели мясные	100	85,87	<b>276,57</b>	8,95	10,40	9,67
4	Рис припущенный	150	17,16	<b>209,00</b>	2,85	7,29	27,07
5	Компот из смеси сухофруктов	200	8,22	<b>124,00</b>	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/20	7,09	<b>126,68</b>	3,68	0,32	28,79
	Итого :		<b>186,38</b>	<b>1024,64</b>	<b>31,86</b>	<b>28,75</b>	<b>114,30</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1574,35</b>	<b>52,45</b>	<b>49,97</b>	<b>213,61</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	160	141,91	<b>306,00</b>	16,44	20,15	31,20
2	Молоко сгущеное	10	5,09	<b>32,10</b>	0,79	0,87	5,44
3	Чай с сахаром и лимоном	200	4,32	<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
5	Яблоко	102	27,60	<b>47,94</b>	0,4	0,4	9,8
	Итого :		<b>184,25</b>	<b>539,24</b>	<b>20,47</b>	<b>21,60</b>	<b>89,47</b>
<b>ОБЕД</b>							
1	Салат свекла с сыром	80	22,38	<b>145,99</b>	3,12	6,42	4,31
2	Уха Ростовская с зеленью	250/25	48,46	<b>178,00</b>	15,95	5,40	16,20
3	Тефтели мясные	100	85,87	<b>276,57</b>	8,95	10,40	9,67
4	Рис припущенный	180	20,59	<b>250,80</b>	4,32	7,20	44,52
5	Компот из смеси сухофруктов	200	8,22	<b>124,00</b>	0,50	0,00	31,50
6	Хлеб пшеничный/ржано-пшен.	36/30	8,23	<b>148,08</b>	4,15	0,39	33,77
	Итого :		<b>193,75</b>	<b>1123,44</b>	<b>36,99</b>	<b>29,81</b>	<b>139,97</b>
	<b>Всего:</b>		<b>378,00</b>	<b>1662,68</b>	<b>57,46</b>	<b>51,41</b>	<b>229,44</b>

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.