

М Е Н Ю для льготной категории
" 10 " февраля 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	116,67	448,00	25,80	18,80	36,10
2	Повидло	20	3,65	65,80	1,44	1,70	11,20
3	Чай с сахаром	200	2,26	58,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	30	3,80	69,90	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	184	45,98	86,48	0,73	0,73	17,93
Итого :			172,36	728,18	30,91	21,41	99,06
ОБЕД							
1	Огурцы консервир.порцией	100	20,10	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	200./10	36,43	111,20	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	98,42	391,80	19,03	17,73	39,38
4	Напиток ягодный	200	15,96	102,00	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/украинский	36/20	6,73	126,68	3,68	0,32	28,79
Итого :			177,64	744,68	26,91	28,69	95,17
Всего:			350,00	1472,86	57,82	50,10	194,23

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	170	132,23	507,73	16,44	20,15	31,20
2	Повидло	20	3,65	98,70	2,16	2,55	14,20
3	Чай с сахаром	200	2,26	93,00	0,10	0,00	24,20
4	Хлеб пшеничный	40	5,07	116,50	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	110	18,18	51,70	0,57	0,57	14,01
Итого :			161,39	867,63	22,01	23,45	102,44
ОБЕД							
1	Огурцы консервир.порцией	100	20,10	13,00	1,80	5,20	8,60
2	Борщ Сибирский с мяс,зел,смет	250./10	44,54	139,00	1,90	5,44	8,30
3	Запеканка картофельная с мясом	200	98,42	391,80	19,03	17,73	39,38
4	Напиток ягодный	200	15,96	102,00	0,50	0,00	10,10
5	Хлеб пшеничный/украинский	50/30	9,59	180,70	3,68	0,32	28,79
Итого :			188,61	826,50	26,91	28,69	95,17
Всего:			350,00	1694,13	48,92	52,14	197,61

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.



М.Е.Н.Ю
"10" февраля 2022 г.

(с 7 - 11 лет)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	150	116,67	448,00	25,80	18,80	36,10
2	Повидло	20	3,65	65,80	1,44	1,70	11,20
3	Чай с сахаром	200	2,26	60,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб пшеничный	30	3,80	69,90	2,74	0,18	18,83
5	Яблоко	100	13,62	47,00	0,40	0,40	9,80
	Итого :		140,00	690,70	30,58	21,08	90,93
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		140,00	690,70	30,58	21,08	90,93

(с 12 и старше)

№ п/п	Наименование продукции	Выход (гр.)	Цена (руб.)	Калорийность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
1	Запеканка из творога	85	47,56	297,05	15,48	11,27	21,65
2	Повидло	20	3,65	150,00	0,08	0,00	13,00
3	Чай с сахаром	200	2,26	98,00	0,20	0,00	15,00
4	Хлеб украинский	20	2,53	133,20	2,28	0,18	15,69
	Итого :		56,00	678,25	18,04	11,45	65,34
	ОБЕД						
	Итого :		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		56,00	678,25	18,04	11,45	65,34

Калькулятор

Ожигина Е.О.

Соц.педагог

Васильева С В

Медик

Ланкова Д.В.