

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна

Директор

/Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1

Директор

/Кычева Е.Ю./

Меню на 09.10.2021 года День 4

МЕНЮ 7-10 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	35,00	150/20	34,34	8,51	28,92	2,89	329,62	313/13
ЧАЙ С МОЛОКОМ	10,00	200	1,40	1,25	17,33	1,73	86,19	495/13
"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	15,00	50	4,92	1,86	41,85	4,19	203,81	573/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 150	10,00	150	0,60	0,60	14,70	1,47	66,60	112/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	2,50	20	1,56	0,28	7,46	0,75	38,60	109/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	10,00	60	0,83	6,05	4,84	0,48	77,13	59/13
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	10,00	250/10	2,43	6,88	17,64	1,76	142,20	134/13
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЙ	30,00	90	15,77	10,12	6,29	0,63	179,28	342/18
КАПУСТА ТУШЕННАЯ 75	5,00	75	1,64	2,91	7,18	0,72	61,42	423/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 75	5,00	75	1,62	3,36	10,87	1,09	80,12	429/13
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	9,50	200	0,68	0,28	24,63	2,46	103,76	519/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	3,00	30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13

Зав. производ.

Анастасия Гуту

//

Калькулятор

Людмила Забудская

/Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна

Директор

/Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1

Директор

/Жычева Е.Ю./

Меню на 09.10.2021 года День 4

МЕНЮ 11-18 ЛЕТ

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ		200/30	47,06	11,57	48,91	4,89	488,08	313/13
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	1,40	1,25	12,35	1,24	66,23	495/13
"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА		60	5,90	2,18	50,17	5,02	243,92	573/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 200		200	0,80	0,80	19,60	1,96	88,80	112/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)		30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	85,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ		100	1,41	10,09	8,22	0,82	129,30	59/13
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ		250/10	2,43	6,88	17,64	1,76	142,20	134/13
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЙ		100	17,48	11,20	6,99	0,70	198,68	342/18
КАПУСТА ТУШЕННАЯ 90		90	1,94	3,83	8,49	0,85	76,24	423/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 90		90	1,94	4,37	13,04	1,30	99,28	429/13
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		200	0,68	0,28	19,64	1,96	83,80	519/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50		50	3,80	0,40	24,60	2,46	117,20	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	95,00	50	3,90	0,70	18,65	1,87	96,50	109/13

Зав. производ.

Л.В. Забудская

//

Калькулятор

Л.В. Забудская

/Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ИП Векшина Анна Анатольевна

Директор  /Векшина А.А./

"Согласовано"

МАОУ СОШ № 55 корпус 2


Директор  /Кычева Елена

Меню на 11.10.2021 года День 1

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 7-10 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	30,00	200	5,49	7,38	33,40	3,34	222,00	268/13
КАКАО С МОЛОКОМ	20,00	200	3,53	2,95	25,00	2,50	140,65	496/13
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	10,00	15	3,84	3,92			50,60	100/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 150	10,00	150	0,60	0,60	14,70	1,47	66,60	112/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	2,50	20	1,56	0,28	7,46	0,75	38,60	109/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	10,00	60	0,86	3,05	5,02	0,50	50,97	50/13
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	10,00	250/10	1,86	5,26	11,09	1,11	99,14	114/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ	25,00	90	3,49	0,84	9,34	0,93	58,86	412/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	9,50	150	3,23	6,71	21,73	2,17	160,24	429/13
СОК	15,00	200			23,00	2,30	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	3,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	3,00	30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13

Зав. производ.  /Скачкова Т.В./

Калькулятор  /Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ИП Векшина Анна Анатольевна



Директор _____ /Векшина А.А./

"Согласовано"

МАОУ СОШ № 55 корпус 2



Директор _____ /Кычева Елена

Меню на 11.10.2021 года День 1

МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 11-18 ЛЕТ

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		250	6,86	9,27	41,80	4,18	278,07	268/13
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,53	2,95	15,02	1,50	100,73	496/13
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ		15	3,84	3,92			50,60	100/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 200		200	0,80	0,80	19,60	1,96	88,80	112/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)		30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	85,00	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		100	1,43	5,09	8,36	0,84	84,95	50/13
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ		250/10	1,86	5,26	11,09	1,11	99,14	114/13
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ		100	3,90	0,94	10,41	1,04	65,68	412/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		180	3,87	8,01	26,07	2,61	191,84	429/13
СОК		200			23,00	2,30	92,00	518/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50		50	3,80	0,40	24,60	2,46	117,20	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	95,00	50	3,90	0,70	18,65	1,87	96,50	109/13

Зав. производ. _____ /Скачкова Т.В./

Калькулятор _____ /Забудская Л.В./