

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна



Директор Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1



Директор Кычева Е.Ю./

Меню на 21.09.2021 года День 12

МЕНЮ 7-10 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180		17,15	11,73	12,66	1,27	224,84	372/13
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	15		3,84	3,92			50,60	100/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 150	150		0,60	0,60	14,70	1,47	66,60	112/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200		0,06	0,01	10,19	1,02	41,08	494/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	20		1,56	0,28	7,46	0,75	38,60	109/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	75,50	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60		0,68	6,08	6,37	0,64	82,96	2/13
СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ	250		6,74	10,59	4,77	0,48	141,38	108/18
ВАРЕНИКИ С РЫБНЫМ ФАРШЕМ "УРАЛЬСКИЙ	210		24,49	19,48	44,93	4,49	453,01	527/13
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200		0,26	0,21	15,09	1,51	63,28	509/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30		2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	75,50	30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13

Зав. производ. Гуту А.Э./ //

Калькулятор Кычева Е.Ю./ /Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна



Директор

/Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1




Директор


/Кычева Е.Ю./

Меню на 21.09.2021 года День 12

МЕНЮ 11-18 ЛЕТ

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	100	9,53	6,52	7,04	0,70	124,91	372/13
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	15	15	3,84	3,92			50,60	100/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 200	200	200	0,80	0,80	19,60	1,96	88,80	112/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	200	0,06	0,01	10,19	1,02	41,08	494/13
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 ВИТАМИННЫЙ	100	100	1,14	10,14	10,62	1,06	138,27	2/13
СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ	250	250	6,74	10,59	4,77	0,48	141,38	108/13
ВАРЕНИКИ С РЫБНЫМ ФАРШЕМ "УРАЛЬСКИЙ	260	260	30,60	22,30	56,14	5,61	547,65	527/13
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	200	0,26	0,21	15,09	1,51	63,28	509/13
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.  //

Калькулятор  /Забудская Л.В./



"Утверждаю"

ИП Векшина Анна Анатольевна

Директор

/Векшина А.А./

"Согласовано"

МАОУ СОШ № 55 корпус 2

Директор

/Кычева Елена




Меню на 21.09.2021 года День 11

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"									
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		90	14,87	6,56	14,32	1,43	175,83	7018	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		150	3,03	6,13	24,50	2,45	165,30	173/13	
ЧАЙ С САХАРОМ		200			9,98	1,00	39,92	493/13	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 150		150	0,60	0,60	14,70	1,47	66,60	112/13	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)		20	1,56	0,28	7,46	0,75	38,60	109/13	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		75,50	30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"									
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		60	0,69	6,05	5,44	0,54	78,93	7/13	
СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		250	8,10	8,19	14,13	1,41	162,67	147/13	
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		90	10,53	20,52	0,18	0,02	227,52	102/13	
КАПУСТА ТУШЕННАЯ 75		75	1,64	2,91	7,18	0,72	61,42	423/13	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 75		75	1,62	3,36	10,87	1,09	80,12	429/13	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		200	0,68	0,28	19,64	1,96	83,80	519/13	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)		75,50	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  /Кбычева Елена

Меню на 21.09.2021 года День 11

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"								
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		100	16,52	7,29	15,91	1,59	195,36	7018
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		180	3,64	7,32	29,40	2,94	198,06	173/13
ЧАЙ С САХАРОМ		200			9,98	1,00	39,92	493/13
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ 200		200	0,80	0,80	19,60	1,96	88,80	112/13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.		30	2,28	0,24	14,76	1,48	70,32	108/13
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	85,00	30	2,34	0,42	11,19	1,12	57,90	109/13
Обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		100	1,14	10,08	9,07	0,91	131,54	7/13
СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		250	8,10	8,19	14,13	1,41	162,67	147/13
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		100	11,70	22,80	0,20	0,02	252,80	102/13
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.  /Скачкова Т.В./

Калькулятор  /Забудская Л.В./