

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна



Директор

/Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1



Директор

/Кычева Е.Ю./

Меню на 23.09.2021 года День 2

МЕНЮ 7-10 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90		10,53	20,52	0,18	0,02	227,52	102/13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,64	6,27	36,01	3,60	223,07	291/13
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10		0,05	8,25	0,08	0,01	74,77	105/13
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"								
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	60		0,48	0,06	1,02	0,10	6,54	107/13
СВЕКОЛЬНИК	250		2,36	4,77	17,51	1,75	122,38	131/13
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И МОЛОЧНЫМ	150/50		21,23	17,25	26,39	2,64	345,76	353/18
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИН И ЯБЛОК	200		0,48	0,20	26,14	2,61	108,28	510/13
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. Меню //

Калькулятор Л.В. /Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна



Директор Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1



Директор Кычева Е.Ю./

Меню на 23.09.2021 года День 2

МЕНЮ 11-18 ЛЕТ

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100		11,70	22,80	0,20	0,02	252,80	102/13
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,77	7,48	43,21	4,32	267,24	291/13
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10		0,05	8,25	0,08	0,01	74,77	105/13
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	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"								
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	100		0,80	0,10	1,70	0,17	10,90	107/13
СВЕКОЛЬНИК	250		2,36	4,77	17,51	1,75	122,38	131/13
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И МОЛОЧНЫМ	200/50		27,74	21,89	33,64	3,36	442,49	353/18
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИН И ЯБЛОК	200		0,48	0,20	16,16	1,62	68,36	510/13
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. Меня //

Калькулятор Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ИП Векшина Анна Анатольевна

Директор  /Векшина А.А./

"Согласовано"

МАОУ СОШ № 55 корпус 2


Директор  /Клычева Елена

Меню на 23.09.2021 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	200		5,49	7,38	33,40	3,34	222,00	268/13
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,53	2,95	25,00	2,50	140,65	496/13
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
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 СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60		0,86	3,05	5,02	0,50	50,97	50/13
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10		1,86	5,26	11,09	1,11	99,14	114/18
СУФЛЕ РЫБНОЕ	90		17,24	9,86	7,08	0,71	186,02	335/13
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,23	6,71	21,73	2,17	160,24	429/13
СОК	200				23,00	2,30	92,00	518/13
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  /Жычева Елена

Меню на 23.09.2021 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	114/18
СУФЛЕ РЫБНОЕ		100	19,14	11,03	7,86	0,79	207,28	335/13
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./