

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна



Директор _____ /Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1



Директор _____ /Кычева Е.Ю./

Меню на 24.09.2021 года День 3

МЕНЮ 7-10 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ 170	170		15,15	19,03	3,88	0,39	247,34	301/13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		2,80	2,50	14,71	1,47	92,54	501/13
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 КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60		0,96	6,05	1,95	0,20	66,13	48/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		2,68	5,23	13,05	1,31	109,99	145/13
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	90		12,11	4,41	5,90	0,59	111,71	346/13
РИС ОТВАРНОЙ	150		3,81	6,15	40,01	4,00	230,66	414/13
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. _____ //

Калькулятор _____ /Забудская Л.В./

"Утверждаю"

ИП Гуту Анастасия Эдуардовна



Директор _____ /Гуту А.Э./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 55" корпус 1



Директор _____ /Кычева Е.Ю./

Меню на 24.09.2021 года День 3

МЕНЮ 11-18 ЛЕТ

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	ХЕ	К, ккал	Н рец.
Завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"								
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ		180	16,08	20,45	4,11	0,41	264,79	301/13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,80	2,50	14,71	1,47	92,54	501/13
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 КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ		100	1,60	10,09	3,25	0,33	110,21	48/13
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		250	2,68	5,23	13,05	1,31	109,99	145/13
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ		100	13,45	4,81	6,55	0,66	123,29	346/13
РИС ОТВАРНОЙ		180	4,58	7,33	48,02	4,80	276,35	414/13
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. _____ //

Калькулятор _____ /Забудская Л.В./

"Утверждаю"
 ИП Векшина Анна Анатольевна
 Директор  /Векшина А.А./


"Согласовано"
 МАОУ СОШ № 55 корпус 2
 Директор  /Кычева Елена

Меню на 24.09.2021 года День 2

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"								
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.  /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 24.09.2021 года День 2

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"								
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.  /Скачкова Т.В./

Калькулятор  /Забудская Л.В./