





МЕНЮ

Наименование и номер заказа № 4
Дата: 03.12.2024
Дети:
Возраст: 1
Возраст для заказа: 1
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Пудинг из творога запеченый	180	24,10	8,50	33,06	305,06	60,00р.
2.	Сухарики молочные	30	4,50	7,50	23,76	63,54	20,00р.
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	20,00р.
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
5.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96	28,00р.
Всего:		610	39,17	25,24	100,78	679,55	130,50р.
ОБЕД							
1.	Омлет по-олеку (огурец свежий/огурец соевый)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	17,00р.
2.	Суп с крупой и томатом	200	1,10	4,79	4,88	67,03	23,00р.
3.	Шницель натуральный рубленый	90	15,55	18,67	8,06	191,86	40,00р.
4.	Каша вязкая пшенная	130	4,94	7,89	32,18	219,00	20,00р.
5.	Фрукты свежие (яблоко кубинское)	120	1,80	1,80	25,20	115,20	15,00р.
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00р.
7.	Сыр перченый	30	7,8	7,98	0	103,02	40,00р.
8.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
9.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р.
Всего:		930	36,34	41,95	121,36	932,70	170,50р.
Полдник 2 смены (закуска)							
1.	Омлет натуральный	160	14,86	20,48	2,81	308,96	
2.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,9	
3.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,30	
4.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	
Всего:		460	21,71	29,56	60,67	587,26	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваше сервисное предприятие"



МЕНЮ

Наименование и номер заказа № 4
Дата: 03.12.2024
Дети:
Возраст: 1
Возраст для заказа: 1
Возрастная категория: 13 лет и старше

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Пудинг из творога запеченый	200	30,13	10,66	41,33	381,33	77,70р.
2.	Сухарики молочные	30	4,50	7,50	23,76	63,54	20,00р.
3.	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	20,00р.
4.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70р.
5.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	30,00р.
Всего:		680	46,4	28,11	114,89	789,58	150,4
ОБЕД							
1.	Омлет по-олеку (огурец свежий/огурец соевый)	100	0,80	0,10	1,70	10,00	30,00р.
2.	Суп с крупой и томатом	250	1,38	5,99	6,10	83,79	25,00р.
3.	Шницель натуральный рубленый	100	10,31	15,13	8,95	213,18	53,00р.
4.	Каша вязкая пшенная	180	5,93	9,47	38,62	262,80	22,00р.
5.	Сыр перченый	30	7,80	7,98	0,00	103,02	26,00р.
6.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00р.
7.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	123,94	3,00р.
8.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00р.
Всего:		960	32,10	39,57	113,82	948,02	162,00р.
Полдник 2 смены (закуска)							
1.	Омлет натуральный	200	18,57	25,60	3,51	386,20	
2.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,5	
3.	Бутерброд с маслом сливочным 30/10	40	2,93	6,40	21,30	92,30	
4.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	
Всего:		540	27,69	36,35	66,5	709,10	

Директор МБОУ СОШ № 4

Зав. производством ООО "Ваше сервисное предприятие"

