

Экз. 10



"Утверждаю"

/ Григоренко Г. С. /

Меню на 10.11.2020 года

МАОУ "Дуплекс" г. Перми ЛЬГОТА (7-10 ЛЕТ)

Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., ккал	Цена	Выход	Н сбор.
----------	---------	-----------	--------------	------	-------	---------

**ЗАВТРАК**

ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ (150)	14,81	20,90	3,21	260,11	37,86	150	305
ОВОЩИ СВЕЖИЕ (50)	0,55	0,10	1,90	10,70	11,12	50	106
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННО (10)	0,08	7,25	0,13	66,09	7,86	10	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	3,44	0,56	18,04	90,96	3,13	40	108
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (200)	2,91	2,53	14,79	93,53	12,63	200	501
<b>Итого по подменю:</b>	<b>21,79</b>	<b>31,34</b>	<b>38,07</b>	<b>521,39</b>	<b>72,60</b>		

**ОБЕД**

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМ ОГУРЦОМ (60)	0,90	3,16	6,86	59,50	5,20	60	66
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (200)	1,81	5,63	10,59	100,27	11,50	200	128
РЫБА ОТВАРНАЯ (80)	15,58	0,89	0,35	71,69	27,90	80	332
РИС ОТВАРНОЙ (150)	3,83	5,43	40,05	224,43	11,06	150	414
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (200)	0,32	0,14	10,45	80,34	10,47	200	519
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	3,44	0,56	18,04	90,96	3,14	40	108
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (50)	3,40	0,65	19,90	99,05	3,33	50	110
<b>Итого по подменю:</b>	<b>29,28</b>	<b>16,46</b>	<b>115,24</b>	<b>726,24</b>	<b>72,60</b>		
<b>Итого по меню:</b>	<b>51,07</b>	<b>47,80</b>	<b>153,31</b>	<b>1247,63</b>			

Директор Кулинская Л. А.

Зав. производством Тихонович Л. М.

Калькулятор Гуляева И. А.



"Утверждаю"

/Григоренко Г. С./

Меню на 10.11.2020 года

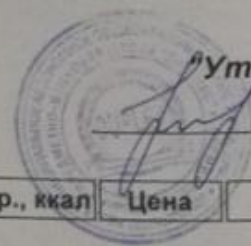
МАОУ "Дуплекс" г. Перми ЛЬГОТА (11-18 ЛЕТ)

	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., ккал	Цена	Выход	Н сбор.
<b>ОБЕД</b>							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ (100)	1,50	5,27	11,44	99,16	7,86	100	66
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (250)	2,26	7,04	13,23	125,34	13,06	250	128
РЫБА ОТВАРНАЯ (100)	19,48	1,11	0,44	89,62	31,69	100	332
РИС ОТВАРНОЙ (200)	5,11	7,25	53,40	299,24	13,40	200	414
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (200)	0,32	0,14	19,45	80,34	9,51	200	519
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	3,44	0,56	18,04	90,96	2,85	40	108
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (50)	3,40	0,65	19,90	99,05	3,03	50	110
Итого по подменю:	35,51	22,02	135,90	883,71	81,40		
Итого по меню:	35,51	22,02	135,90	883,71			

Директор Кулинская Л. А.

Зав. производством Тихонович Л. М.

калькулятор Гуляева И.А.



"Утверждаю"

/ Григоренко Г. С. /

Меню на 10.11.2020 года

МАОУ "Дуплекс" г. Перми ЛЬГОТА ОВЗ (7-10 лет)

	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., ккал	Цена	Выход	Н сбор.
<b>ЗАВТРАК</b>							
ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ (150)	14,81	20,90	3,21	260,11	17,91	150	305
ОВОЩИ СВЕЖИЕ (50)	0,55	0,10	1,90	10,70	5,26	50	106
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННО (10)	0,08	7,25	0,13	66,09	3,72	10	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	3,44	0,56	18,04	90,96	1,48	40	108
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (200)	2,91	2,53	14,79	93,53	5,97	200	501
Итого по подменю:	21,79	31,34	38,07	521,39	34,34		
<b>ОБЕД</b>							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ (60)	0,90	3,16	6,86	59,50	5,00	60	66
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (200)	1,81	5,63	10,59	100,27	11,04	200	128
РЫБА ОТВАРНАЯ (80)	15,58	0,89	0,35	71,69	26,79	80	332
РИС ОТВАРНОЙ (150)	3,83	5,43	40,05	224,43	10,62	150	414
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (200)	0,32	0,14	19,45	80,34	10,05	200	519
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	3,44	0,56	18,04	90,96	3,01	40	108
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (50)	3,40	0,65	19,90	99,05	3,20	50	110
Итого по подменю:	29,28	16,46	115,24	726,24	69,71		
Итого по меню:	51,07	47,80	153,31	1247,63			

/ Директор Кулинская Л. А. /

Зав. производством Тихонович Л. М. /

Калькулятор Гуляева И.А. /

2020.11



"Утверждаю"

/ Григоренко Г. С. /

Меню на 10.11.2020 года

МАОУ "Дуплекс" г. Перми (11-18 ЛЕТ)

	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., ккал	Цена	Выход	И сбор.
<b>ОБЕД</b>							
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЬМ ОГУРЦОМ (100)	1,50	5,27	11,44	99,16	10,00	100	66
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (250)	2,26	7,04	13,23	125,34	15,00	250	128
РЫБА ОТВАРНАЯ (100)	19,48	1,11	0,44	89,62	50,00	100	332
РИС ОТВАРНОЙ (200)	5,11	7,25	53,40	299,24	15,00	200	414
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (200)	0,32	0,14	19,45	80,34	8,00	200	519
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	3,44	0,56	18,04	90,96	1,00	40	108
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (50)	3,40	0,65	19,90	99,05	1,00	50	110
Итого по подменю:	35,51	22,02	135,90	883,71	100,00		
Итого по меню:	35,51	22,02	135,90	883,71			

/ Директор Кулинская Л. А. /

Зав. производством Тихонович Л. М. /

Калькулятор Гуляева И.А. /