



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 21.12.2023 года

СТАРШАЯ ШКОЛА 10-11 КЛАСС

| Наименование блюда | Выход | Б, г | Ж, г | У, г | К, ккал | № рец. |
|-------------------------------------|-------|-------|--------|--------|---------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 20 | 20 | 0,11 | 16,51 | 0,16 | 149,55 | 79/2021/4 |
| ПОВИДЛО ЯБЛОЧНОЕ ПОРЦИОННО 30 | 30 | 0,12 | | 19,50 | 78,48 | 86/2021/4 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 250 | 250 | 22,30 | 39,70 | 5,65 | 469,26 | 268/2021/4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | 200 | 2,90 | 2,50 | 14,78 | 93,22 | 465/2021/4 |
| БАТОН 50 | 50 | 4,15 | 0,95 | 26,15 | 129,75 | 576/2021/4 |
| Итого по подменю : | | | | | | |
| | | 29,58 | 59,66 | 66,24 | 920,26 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ | 100 | 1,74 | 6,11 | 9,76 | 101,01 | 34/2021/4 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ | 300 | 2,97 | 8,19 | 20,48 | 167,55 | 100/2021/4 |
| РЫБА ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 150 | 150 | 17,56 | 4,88 | 8,86 | 149,64 | 299/2021/4 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200 | 200 | 4,16 | 8,82 | 27,92 | 207,70 | 377/2021/4 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | 495/2021/4 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50 | 50 | 4,30 | 0,40 | 24,60 | 119,20 | 573/2021/4 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 50 | 50 | 2,45 | 0,50 | 22,40 | 103,90 | 574/2021/4 |
| Итого по подменю : | | | | | | |
| | | 33,62 | 28,92 | 135,80 | 938,06 | |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПОРЦ. ШТ. | 200 | 5,00 | 1,00 | 20,00 | 109,00 | 293/2008 |
| КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 80 | 80 | 5,39 | 10,61 | 53,40 | 330,68 | 547/2021/4 |
| ЯБЛОКИ СВ. 130ГР | 130 | 0,55 | 0,55 | 13,58 | 61,54 | 82/2021/4 |
| Итого по подменю : | | | | | | |
| | | 10,94 | 12,16 | 86,98 | 501,22 | |
| Итого по меню : | | | | | | |
| | | 74,14 | 100,74 | 289,02 | 2359,54 | |

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 21.12.2023 года

ОСНОВНАЯ ШКОЛА 5-9 КЛАСС

| Наименование блюда | Выход | Б, г | Ж, г | У, г | К, ккал | № рец. |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 15 | 15 | 0,08 | 12,38 | 0,12 | 112,16 | 79/2021/4 |
| ПОВИДЛО ЯБЛОЧНОЕ ПОРЦИОННО 30 | 30 | 0,12 | | 19,50 | 78,48 | 86/2021/4 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 200 | 200 | 17,84 | 31,76 | 4,52 | 375,41 | 268/2021/4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 | 200 | 2,90 | 2,50 | 14,78 | 93,22 | 465/2021/4 |
| БАТОН 40 | 40 | 3,32 | 0,76 | 20,92 | 103,80 | 576/2021/4 |
| Итого по подменю : | | 24,26 | 47,40 | 59,84 | 763,07 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ | 100 | 1,74 | 6,11 | 9,76 | 101,01 | 34/2021/4 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ | 250/10 | 2,48 | 6,88 | 17,07 | 140,11 | 100/2021/4 |
| РЫБА ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 130 | 130 | 15,23 | 4,19 | 7,75 | 129,65 | 299/2021/4 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 180 | 180 | 3,74 | 7,94 | 25,13 | 186,93 | 377/2021/4 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,44 | 0,02 | 21,78 | 89,06 | 495/2021/4 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40 | 40 | 3,44 | 0,32 | 19,68 | 95,36 | 573/2021/4 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 | 40 | 1,96 | 0,40 | 17,92 | 83,12 | 574/2021/4 |
| Итого по подменю : | | 29,03 | 25,86 | 119,09 | 825,24 | |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПОРЦ. ШТ. | 200 | 5,00 | 1,00 | 20,00 | 109,00 | 293/2008 |
| КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 80 | 80 | 5,39 | 10,61 | 53,40 | 330,68 | 547/2021/4 |
| ЯБЛОКИ СВ. 130ГР | 130 | 0,55 | 0,55 | 13,58 | 61,54 | 82/2021/4 |
| Итого по подменю : | | 10,94 | 12,16 | 86,98 | 501,22 | |
| Итого по меню : | | 64,23 | 85,42 | 265,91 | 2089,53 | |

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 21.12.2023 года

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА 1-4 КЛАСС

| Наименование блюда | Выход | Б, г | Ж, г | У, г | К, ккал | № рец. |
|--|-------|-------|-------|--------|---------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| ПОВИДЛО ЯБЛОЧНОЕ ПОРЦИОННО 30 | 30 | 0,12 | | 19,50 | 78,48 | 86/2021/4 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150 | 150 | 13,38 | 23,82 | 3,39 | 281,56 | 268/2021/4 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | 180 | 2,61 | 2,25 | 13,30 | 83,90 | 465/2021/4 |
| БАТОН 20 | 20 | 1,66 | 0,38 | 10,46 | 51,90 | 576/2021/4 |
| Итого по подменю : | | 17,77 | 26,45 | 46,65 | 495,84 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 60 | 60 | 1,04 | 3,67 | 5,87 | 60,68 | 34/2021/4 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ 200 | 200 | 1,99 | 5,50 | 13,67 | 112,13 | 100/2021/4 |
| РЫБА ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 110 | 110 | 12,88 | 3,50 | 6,53 | 109,15 | 299/2021/4 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150 | 150 | 3,12 | 6,66 | 20,94 | 156,15 | 377/2021/4 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180 | 180 | 0,40 | 0,02 | 19,60 | 80,15 | 495/2021/4 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 | 20 | 1,72 | 0,16 | 9,84 | 47,68 | 573/2021/4 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ 20 | 20 | 0,98 | 0,20 | 8,96 | 41,56 | 574/2021/4 |
| Итого по подменю : | | 22,13 | 19,71 | 85,41 | 607,50 | |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПОРЦ. ШТ. 200 | 200 | 5,00 | 1,00 | 20,00 | 109,00 | 293/2008 |
| КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 60 | 60 | 4,04 | 7,96 | 40,05 | 248,01 | 547/2021/4 |
| ЯБЛОКИ СВ. 130ГР 130 | 130 | 0,55 | 0,55 | 13,58 | 61,54 | 82/2021/4 |
| Итого по подменю : | | 9,59 | 9,51 | 73,63 | 418,55 | |
| Итого по меню : | | 49,49 | 55,67 | 205,69 | 1521,89 | |

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./