



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 28.09.2023 года

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА 1-4 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец.
Завтрак						
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 10	10	0,05	8,25	0,08	74,77	79/2021/4
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	2,90	2,50	14,78	93,22	465/2021/4
БАТОН 20	20	1,66	0,38	10,46	51,90	576/2021/4
Итого по подменю :		18,11	34,95	48,21	579,93	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГР. НА МЯС. БУЛЬОНЕ 200	200	1,90	5,25	13,10	107,23	100/2021/4
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВ.С РИСОМ-"ЁЖИКИ" 90	90	1,67	6,08	12,53	111,41	350/2021
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	150	3,25	6,71	21,74	160,40	377/2021/4
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ПОРЦИЯМИ)ОГУРЦЫ СВ..	50	0,35	0,05	0,95	5,65	148/2021/4
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180	180	0,29	0,19	13,71	57,74	487/2021/4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	30	2,58	0,24	14,76	71,52	573/2021/4
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	30	1,47	0,30	13,44	62,34	574/2021/4
Итого по подменю :		11,51	18,82	90,23	576,29	
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПОРЦ. ШТ.	200	5,00	1,00	20,00	109,00	293/2008
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 60	60	9,34	3,98	24,36	170,64	330/2008
Итого по подменю :		14,34	4,98	44,36	279,64	
Итого по меню :		43,96	58,75	182,80	1435,86	

Директор Валиев М.Б./

Зав. производством Ивашова З.Т./



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 28.09.2023 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	3,22	2,78	16,41	103,53	465/2021/4
БАТОН 40	40	3,32	0,76	20,92	103,80	576/2021/4
Итого по подменю :		24,58	47,68	61,47	773,38	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ	250/10	2,48	6,88	17,07	140,11	100/2021/4
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВ.С РИСОМ-"ЁЖИКИ" 100	100	1,85	6,75	13,93	123,79	350/2021
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 180	180	3,90	8,01	26,09	192,04	377/2021/4
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ПОРЦИЯМИ)ОГУРЦЫ СВ..	50	0,35	0,05	0,95	5,65	148/2021/4
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	487/2021/4
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 :		14,31	22,62	110,87	704,21	
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПОРЦ. ШТ.	200	5,00	1,00	20,00	109,00	293/2008
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	11,67	4,98	30,45	213,30	330/2008
Итого по подменю :		16,67	5,98	50,45	322,30	
Итого по меню :		55,56	76,28	222,79	1799,89	

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./




МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 28.09.2023 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	3,22	2,78	16,41	103,53	465/2021/4
БАТОН 50	50	4,15	0,95	26,15	129,75	576/2021/4
Итого по подменю :		29,90	59,94	67,87	930,57	
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ	350	3,34	9,23	22,97	188,34	100/2021/4
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВ.С РИСОМ-"ЁЖИКИ" 120	120	2,22	8,10	16,71	148,55	350/2021
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	200	4,33	8,90	28,99	213,37	377/2021/4
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ПОРЦИЯМИ)ОГУРЦЫ СВ..	50	0,35	0,05	0,95	5,65	148/2021/4
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	487/2021/4
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 :		17,32	27,39	131,85	843,15	
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПОРЦ. ШТ.	200	5,00	1,00	20,00	109,00	293/2008
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	11,67	4,98	30,45	213,30	330/2008
Итого по подменю :		16,67	5,98	50,45	322,30	
Итого по меню :		63,89	93,31	250,17	2096,02	

Директор  /Валиев М.Б./

Зав. производством  /Ивашова З.Т./