



# МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 29.09.2023 года

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА 1-4 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец.
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 10	10	0,05	8,25	0,08	74,77	79/2021/4
СЫР ПОРЦИОННО 15	15	3,84	3,92		50,60	75/2021/4
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	3,80	5,14	24,01	157,57	236/2021/4
КАКАО С МОЛОКОМ 180	180	3,14	2,58	13,53	89,90	462/2021/4
БАТОН 20	20	1,66	0,38	10,46	51,90	576/2021/4
Итого по подменю :		12,49	20,27	48,08	424,74	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 60	60	1,04	3,67	5,87	60,68	34/2021/4
ЩИ ИЗ СВ.КАП.С КАРТ.НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	200	2,21	5,15	10,73	98,12	104/2021/4
КУРА ОТВАРНАЯ 90	90	16,89	14,50	0,37	199,54	366/2021/4
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	150	5,63	3,14	35,98	194,66	256/2021/4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	496/2021/4
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 :		30,50	27,28	100,79	770,66	
<b>Полдник</b>						
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180			9,05	36,18	457/2021/4
ВАФЛИ ПОРЦ.30	30	0,84	0,99	23,19	105,03	580/2021/4
БАНАН ПОРЦ. 220	220	3,30	1,10	46,20	207,90	112/2013
Итого по подменю :		4,14	2,09	78,44	349,11	
Итого по меню :		47,13	49,64	227,31	1544,51	

Директор  /Валиев М.Б./

Зав. производством  /Ивашова З.Т./



# МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 29.09.2023 года

ОСНОВНАЯ ШКОЛА 5-9 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец.
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 15	15	0,08	12,38	0,12	112,16	79/2021/4
СЫР ПОРЦИОННО 20	20	5,12	5,22		67,46	75/2021/4
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,20	7,03	32,81	215,34	236/2021/4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,48	2,86	15,02	99,77	462/2021/4
БАТОН 40	40	3,32	0,76	20,92	103,80	576/2021/4
Итого по подменю :						
		17,20	28,25	68,87	598,53	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,74	6,11	9,76	101,01	34/2021/4
ЩИ ИЗ СВ.КАП.С КАРТ.НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250/10	2,88	6,75	13,96	128,11	104/2021/4
КУРА ОТВАРНАЯ 100	100	18,77	16,11	0,41	221,71	366/2021/4
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,75	3,77	43,17	233,59	256/2021/4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	496/2021/4
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 :						
		36,22	33,74	124,54	946,70	
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ПОРЦ.	200	8,00	3,00	28,60	173,40	470/2021/4
ВАФЛИ ПОРЦ.40	40	1,12	1,32	30,92	140,04	580/2021/4
БАНАН ПОРЦ. 220	220	3,30	1,10	46,20	207,90	112/2013
Итого по подменю :						
		12,42	5,42	105,72	521,34	
Итого по меню :						
		65,84	67,41	299,13	2066,57	

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./



# МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 29.09.2023 года

СТАРШАЯ ШКОЛА 10-11 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец.
<b>Завтрак</b>						
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 20	20	0,11	16,51	0,16	149,55	79/2021/4
СЫР ПОРЦИОННО 25	25	6,40	6,53		84,33	75/2021/4
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 255	255	6,47	8,75	40,81	267,86	236/2021/4
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,48	2,86	15,02	99,77	462/2021/4
БАТОН 50	50	4,15	0,95	26,15	129,75	576/2021/4
Итого по подменю :		20,61	35,60	82,14	731,26	
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,74	6,11	9,76	101,01	34/2021/4
ЩИ ИЗ СВ.КАП.С КАРТ.НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 300	300	3,32	7,82	16,10	148,01	104/2021/4
КУРА ОТВАРНАЯ 120	120	22,52	19,33	0,49	266,05	366/2021/4
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,50	4,18	47,97	259,54	256/2021/4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	19,64	83,80	496/2021/4
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 :		42,51	38,62	140,96	1081,51	
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ПОРЦ.	200	8,00	3,00	28,60	173,40	470/2021/4
ВАФЛИ ПОРЦ.60	60	1,68	1,98	46,38	210,06	580/2021/4
БАНАН ПОРЦ. 220	220	3,30	1,10	46,20	207,90	112/2013
Итого по подменю :		12,98	6,08	121,18	591,36	
Итого по меню :		76,10	80,30	344,28	2404,13	

Директор  /Валиев М.Б./

Зав. производством  /Ивашова З.Т./