



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 20.01.2023 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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180	0,06	0,01	9,24	37,25	459/2021/4
БАТОН 50	50	4,15	0,95	26,15	129,75	576/2021/4
Итого по подменю :		17,76	33,03	58,36	601,81	
Обед						
СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. И КАРТ.НА КУРИНОМ	200	8,17	9,53	14,65	177,09	129/2021/4
КАРТ, ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ С СОУСОМ 250/50	250/50	5,46	13,81	37,80	297,31	185/2008
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ(ПОРЦИЯМИ) ОГУРЦЫ	30	0,21	0,03	0,57	3,39	149/2021/4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	180	0,40	0,02	19,60	80,15	495/2021/4
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 :		18,29	23,93	100,82	691,80	
Полдник						
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ПОРЦ.160	160	0,64	0,64	15,68	71,04	112/2013
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ПОРЦ.	200	8,00	3,00	28,60	173,40	470/2021/4
ПРЯНИКИ ПОРЦ.35	35	2,36	1,88	30,00	146,36	581/2021/4
Итого по подменю :		11,00	5,52	74,28	390,80	
Итого по меню :		47,05	62,48	233,46	1684,41	

Директор

Зав. производством

/ Ивашова З.Т. /



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 20.01.2023 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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,07	0,01	10,27	41,39	459/2021/4
БАТОН 50	50	4,15	0,95	26,15	129,75	576/2021/4
Итого по подменю :		22,26	45,10	60,56	737,19	
Обед						
СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. И КАРТ.НА КУРИНОМ	250	10,21	11,82	18,32	220,46	129/2021/4
КАРТ, ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ С СОУСОМ 280/50	280/50	5,94	15,02	41,18	323,64	185/2008
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ(ПОРЦИЯМИ) ОГУРЦЫ	30	0,21	0,03	0,57	3,39	149/2021/4
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 :		22,20	27,61	119,45	815,03	
Полдник						
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ПОРЦ.160	160	0,64	0,64	15,68	71,04	112/2013
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ПОРЦ.	200	8,00	3,00	28,60	173,40	470/2021/4
ПРЯНИКИ ПОРЦ.35	35	2,36	1,88	30,00	146,36	581/2021/4
Итого по подменю :		11,00	5,52	74,28	390,80	
Итого по меню :		55,46	78,23	254,29	1943,02	

Директор

Зав. производством

/ Ивашова З.Т. /



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 20.01.2023 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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,07	0,01	10,27	41,39	459/2021/4
БАТОН 50	50	4,15	0,95	26,15	129,75	576/2021/4
Итого по подменю :		26,75	57,17	61,73	868,43	
Обед						
СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. И КАРТ.НА КУРИНОМ	250	10,21	11,82	18,32	220,46	129/2021/4
КАРТ, ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ С СОУСОМ 320/50	320/50	6,59	16,53	45,68	357,82	185/2008
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ(ПОРЦИЯМИ) ОГУРЦЫ	30	0,21	0,03	0,57	3,39	149/2021/4
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 :		24,20	29,30	133,35	893,83	
Полдник						
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ПОРЦ.160	160	0,64	0,64	15,68	71,04	112/2013
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ ПОРЦ.	200	8,00	3,00	28,60	173,40	470/2021/4
ПРЯНИКИ ПОРЦ.35	35	2,36	1,88	30,00	146,36	581/2021/4
Итого по подменю :		11,00	5,52	74,28	390,80	
Итого по меню :		61,95	91,99	269,36	2153,06	

Директор

Зав. производством

/ Ивашова З.Т. /