



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 20.10.2023 года

НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА 1-4 КЛАСС

Наименование блюда	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец.
Завтрак						
СЫР ПОРЦИОННО 15	15	3,84	3,92		50,60	75/2021/4
КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"ЖИДКАЯ	150	5,30	6,57	21,75	167,36	234/2021/4
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 :		13,94	13,45	45,74	359,76	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 60	60	1,04	3,67	5,87	60,68	34/2021/4
СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. И КАРТ.НА КУРИНОМ	200	8,17	9,53	14,65	177,09	129/2021/4
КУРА ОТВАРНАЯ 90	90	16,89	14,50	0,37	199,54	366/2021/4
КАПУСТА ТУШЁНАЯ(150)	150	3,68	5,83	14,20	123,97	380/2021/4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	0,61	0,25	17,68	75,42	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 :		34,44	34,32	80,97	770,56	
Полдник						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180	0,06	0,01	9,24	37,25	459/2021/4
ПРЯНИКИ ПОРЦ.35	35	2,36	1,88	30,00	146,36	581/2021/4
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ПОРЦ.160	160	0,64	0,64	15,68	71,04	82/2021/4
Итого по подменю :		3,06	2,53	54,92	254,65	
Итого по меню :		51,44	50,30	181,63	1384,97	

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 20.10.2023 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
СЫР ПОРЦИОННО 20	20	5,12	5,22		67,46	75/2021/4
КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205	7,24	8,98	29,73	228,72	234/2021/4
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 :		19,24	30,20	65,79	611,91	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,74	6,11	9,76	101,01	34/2021/4
СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. И КАРТ.НА КУРИНОМ	250	10,21	11,82	18,32	220,46	129/2021/4
КУРА ОТВАРНАЯ 100	100	18,77	16,11	0,41	221,71	366/2021/4
КАПУСТА ТУШЁНАЯ(180)	180	4,43	7,03	17,07	149,21	380/2021/4
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 :		41,23	42,07	102,80	954,67	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	200	0,56	0,50	2,55	16,92	470/2021/4
ПРЯНИКИ ПОРЦИОННО 40	40	2,36	1,88	30,00	146,36	589/2013
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ПОРЦ.160	160	0,64	0,64	15,68	71,04	82/2021/4
Итого по подменю :		3,56	3,02	48,23	234,32	
Итого по меню :		64,03	75,29	216,82	1800,90	

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 20.10.2023 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
СЫР ПОРЦИОННО 25	25	6,40	6,53		84,33	75/2021/4
КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	255	9,01	11,17	36,98	284,50	234/2021/4
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 :		23,15	38,02	78,31	747,90	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	100	1,74	6,11	9,76	101,01	34/2021/4
СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. И КАРТ.НА КУРИНОМ	350	14,29	16,78	25,64	310,80	129/2021/4
КУРА ОТВАРНАЯ 120	120	22,52	19,33	0,49	266,05	366/2021/4
КАПУСТА ТУШЁНАЯ(200)	200	4,91	7,80	18,93	165,53	380/2021/4
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 :		50,89	51,20	121,46	1150,29	
Полдник						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК"	200	0,56	0,50	2,55	16,92	470/2021/4
ПРЯНИКИ ПОРЦИОН.60	60	3,54	2,82	45,00	219,54	589/2013
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ ПОРЦ.160	160	0,64	0,64	15,68	71,04	82/2021/4
Итого по подменю :		4,74	3,96	63,23	307,50	
Итого по меню :		78,78	93,18	263,00	2205,69	

Директор

/Валиев М.Б./

Зав. производством

/Ивашова З.Т./