



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 31.01.2023 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
ЯИЦО ВАРЁНОЕ	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267/2021/4
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ	250	7,30	8,76	25,04	208,18	139/2021/4
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 :		20,09	29,55	66,61	612,70	
Обед						
СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250	6,18	4,73	21,56	153,51	144/2013
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"	100	4,55	3,80	17,97	124,32	341/2021/4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 180	180	3,90	8,01	26,09	192,04	377/2021/4
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК ПОРЦИОННО	30	0,93	0,06	1,95	12,06	231/2008
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,11	0,04	20,77	83,93	290/2008
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 :		21,07	17,36	125,94	744,34	
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	60	4,35	10,08	35,58	250,40	542/2021/4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,07	0,01	10,27	41,39	459/2021/4
БАНАН ПОРЦ. 220	220	3,30	1,10	46,20	207,90	112/2013
Итого по подменю :		7,72	11,19	92,05	499,69	
Итого по меню :		48,88	58,10	284,60	1856,73	

Директор

Зав. производством

/ Ивашова З.Т. /



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 31.01.2023 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
ЯИЦО ВАРЁНОЕ	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267/2021/4
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ	250	7,30	8,76	25,04	208,18	139/2021/4
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 :		20,12	33,68	66,65	650,09	
Обед						
СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250	6,18	4,73	21,56	153,51	144/2013
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" 120	120	5,47	4,56	21,56	149,19	341/2021/4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 200	200	4,33	8,90	28,99	213,37	377/2021/4
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК ПОРЦИОННО	30	0,93	0,06	1,95	12,06	231/2008
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,11	0,04	20,77	83,93	290/2008
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 :		22,42	19,01	132,43	790,54	
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	60	4,35	10,08	35,58	250,40	542/2021/4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,07	0,01	10,27	41,39	459/2021/4
БАНАН ПОРЦ. 220	220	3,30	1,10	46,20	207,90	112/2013
Итого по подменю :		7,72	11,19	92,05	499,69	
Итого по меню :		50,26	63,88	291,13	1940,32	

Директор

Зав. производством

/ Ивашова З.Т. /



МАОУ ПКШ №1 "Пермская кадетская школа"

Меню на 31.01.2023 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
ЯИЦО ВАРЁНОЕ	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267/2021/4
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ 200	200	5,84	7,01	20,03	166,54	139/2021/4
КАКАО С МОЛОКОМ 180	180	3,13	2,57	13,52	89,79	462/2021/4
БАТОН 50	50	4,15	0,95	26,15	129,75	576/2021/4
Итого по подменю :		18,25	23,38	60,06	523,69	
Обед						
СУП КАРТ. С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ 200	200	4,94	3,78	17,25	122,81	144/2013
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" 90	90	4,10	3,42	16,17	111,89	341/2021/4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	150	3,25	6,71	21,74	160,40	377/2021/4
ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК ПОРЦИОННО	30	0,93	0,06	1,95	12,06	231/2008
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ 180	180	0,10	0,04	18,69	75,54	497/2021/4
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 :		17,37	14,55	104,00	616,56	
Полдник						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	60	4,35	10,08	35,58	250,40	542/2021/4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180	0,06	0,01	9,24	37,25	459/2021/4
БАНАН ПОРЦ. 220	220	3,30	1,10	46,20	207,90	112/2013
Итого по подменю :		7,71	11,19	91,02	495,55	
Итого по меню :		43,33	49,12	255,08	1635,80	

Директор

Зав. производством

/ Ивашова З.Т. /