

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Тополево
им. Героя Советского Союза
полковника милиции Грищенко П.Я.
О.С. Кирилкина

Меню на 6 июня 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 5 ГОЛ (доготовоч.) (Льготный 7-11) (95,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,80
Сосиски отварные	90	0,00р.	10,98	18,27	0,45	234,90
Рис отварной с овощами	150	0,00р.	3,99	7,10	37,38	229,63
Соус томатный	50	0,00р.	0,64	2,13	4,09	38,29
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,20	0,05	13,71	50,82
Хлеб пшеничный йодированный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,50
Молоко	200	0,00р.	6,00	7,00	9,60	126,00
Фрукты в ассортименте (целые)	100	0,00р.	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:		0,00р.	24,63	43,50	89,60	871,94

Завтрак 5 ГОЛ (доготовоч.) (Общий 7-11) (95,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,80
Сосиски отварные	90	0,00р.	10,98	18,27	0,45	234,90
Рис отварной с овощами	150	0,00р.	3,99	7,10	37,38	229,63
Соус томатный	50	0,00р.	0,64	2,13	4,09	38,29
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,20	0,05	13,71	50,82
Хлеб пшеничный йодированный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,50
Молоко	200	0,00р.	6,00	7,00	9,60	126,00
Фрукты в ассортименте (целые)	100	0,00р.	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:		0,00р.	24,63	43,50	89,60	871,94

Завтрак 5 ГОЛ (доготовоч.) (Общий 11-18) (90,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,80
Сосиски отварные	100	0,00р.	12,20	20,30	0,50	261,00
Рис отварной с овощами	180	0,00р.	4,79	8,51	44,86	275,56
Соус томатный	50	0,00р.	0,64	2,13	4,09	38,29
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,20	0,05	13,71	50,82
Хлеб пшеничный йодированный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,50
Молоко	250	0,00р.	7,50	8,75	12,00	157,50
Фрукты в ассортименте (целые)	100	0,00р.	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:		0,00р.	28,15	48,69	99,53	975,47

Обед 5 ГОЛ (доготовоч.) (Льготный 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидоров с перцем	100	0,00р.	1,00	10,10	3,40	109,00
Щи со сметаной (с говядиной тушеной)	200/10/10	0,00р.	3,46	6,74	9,50	110,74
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	0,00р.	15,04	18,55	8,78	289,71
Картофель запеченный в сметанном соусе	150	0,00р.	3,63	8,92	20,79	175,08
Компот из сухофруктов	200	0,00р.	1,15	0,00	49,10	198,51
Хлеб ржано-пшеничный	50	0,00р.	2,80	0,55	24,70	116,00
Хлеб пшеничный йодированный	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	188,00
Пряник фруктовый (готовое изделие)	100	0,00р.	7,50	5,00	68,00	344,00
Итого:		0,00р.	40,90	50,66	222,90	1531,03

Обед 5 ГОЛ (доготовоч.) (Общий 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидоров с перцем	100	0,00р.	1,00	10,10	3,40	109,00
Щи со сметаной (с говядиной тушеной)	200/10/10	0,00р.	3,46	6,74	9,50	110,74
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	0,00р.	15,04	18,55	8,78	289,71
Картофель запеченный в сметанном соусе	150	0,00р.	3,63	8,92	20,79	175,08
Компот из сухофруктов	200	0,00р.	1,15	0,00	49,10	198,51
Хлеб ржано-пшеничный	50	0,00р.	2,80	0,55	24,70	116,00
Хлеб пшеничный йодированный	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	188,00
Пряник фруктовый (готовое изделие)	100	0,00р.	7,50	5,00	68,00	344,00
Итого:		0,00р.	40,90	50,66	222,90	1531,03