

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

Меню на 11 июня 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 10 ГОЛ (доготовоч) (Льготный 7-11) (95,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бутерброд с джемом и маслом	55	0,00р.	1,72	6,07	16,58	126,54
Каша пшеничная молочная жидкая	150	0,00р.	5,73	6,72	27,36	193,25
Какао с молоком	200	0,00р.	3,66	3,84	17,93	132,76
Хлеб пшеничный йодированный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,50
Йогурт фруктовый	200	0,00р.	10,00	6,40	7,00	176,00
Фрукты в ассортименте (целые)	150	0,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого:		0,00р.	24,08	23,93	98,06	769,55

Завтрак 10 ГОЛ (доготовоч) (Общий 7-11) (95,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бутерброд с джемом и маслом	55	0,00р.	1,72	6,07	16,58	126,54
Каша пшеничная молочная жидкая	150	0,00р.	5,73	6,72	27,36	193,25
Какао с молоком	200	0,00р.	3,66	3,84	17,93	132,76
Хлеб пшеничный йодированный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,50
Йогурт фруктовый	200	0,00р.	10,00	6,40	7,00	176,00
Фрукты в ассортименте (целые)	150	0,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого:		0,00р.	24,08	23,93	98,06	769,55

Завтрак 10 ГОЛ (доготовоч) (Общий 11-18) (90,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бутерброд с джемом и маслом	55	0,00р.	1,72	6,07	16,58	126,54
Каша пшеничная молочная жидкая	250	0,00р.	9,55	11,20	45,60	322,08
Какао с молоком	200	0,00р.	3,66	3,84	17,93	132,76
Хлеб пшеничный йодированный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,50
Йогурт фруктовый	200	0,00р.	10,00	6,40	7,00	176,00
Фрукты в ассортименте (целые)	200	0,00р.	0,80	0,80	19,60	94,00
Итого:		0,00р.	28,10	28,61	121,20	921,88

Обед 10 ГОЛ (доготовоч.) (Льготный 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный"	60	0,00р.	0,68	6,11	6,37	82,98
Щи со сметаной (с говядиной тушеной)	200/10/10	0,00р.	3,46	6,74	9,50	110,74
Котлета рыбная (п/ф)	90	0,00р.	9,45	7,65	7,20	133,38
Картофельное пюре	150	0,00р.	2,74	3,04	24,22	117,77
Сок в ассортименте	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
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
Булочка в ассортименте пром. произ-ва	100	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		0,00р.	25,65	25,09	133,83	842,87

Обед 10 ГОЛ (доготовоч.) (Общий 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный"	60	0,00р.	0,68	6,11	6,37	82,98
Щи со сметаной (с говядиной тушеной)	200/10/10	0,00р.	3,46	6,74	9,50	110,74
Котлета рыбная (п/ф)	90	0,00р.	9,45	7,65	7,20	133,38
Картофельное пюре	150	0,00р.	2,74	3,04	24,22	117,77
Сок в ассортименте	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
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
Булочка в ассортименте пром. произ-ва	100	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		0,00р.	25,65	25,09	133,83	842,87