

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

Меню на 14 июня 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 1 ГОЛ (доготов) (Льготный 7-11) (95,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сыр (порции)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Каша "Янтарная"	200/5	0,00р.	8,24	19,40	38,26	360,28
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
Варенец	200	0,00р.	5,80	5,00	8,20	106,00
Фрукты в ассортименте (целые)	150	0,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого:		0,00р.	19,65	28,30	89,36	694,50

Завтрак 1 ГОЛ (доготов) (Общий 7-11) (95,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сыр (порции)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Каша "Янтарная"	200/5	0,00р.	8,24	19,40	38,26	360,28
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
Варенец	200	0,00р.	5,80	5,00	8,20	106,00
Фрукты в ассортименте (целые)	150	0,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого:		0,00р.	19,65	28,30	89,36	694,50

Обед 1 ГОЛ (доготов) (Льготный 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидоров	60	0,00р.	0,33	5,99	2,08	60,68
Рассольник "Ленинградский" (с говядиной тушёной)	200/20/10	0,00р.	4,70	2,80	8,10	102,80
Рагу овощное	150	0,00р.	3,50	13,30	11,80	255,33
Биточки из курицы п/ф	90	0,00р.	16,74	6,48	8,37	158,40
Компот из сухофруктов	180	0,00р.	1,03	0,00	35,53	146,16
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
Вафли (готовое изделие)	30	0,00р.	1,20	1,50	23,10	106,20
Итого:		0,00р.	36,62	31,42	152,32	1133,57

Обед 1 ГОЛ (доготов) (Общий 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидоров	60	0,00р.	0,33	5,99	2,08	60,68
Рассольник "Ленинградский" (с говядиной тушёной)	200/20/10	0,00р.	4,70	2,80	8,10	102,80
Рагу овощное	150	0,00р.	3,50	13,30	11,80	255,33
Биточки из курицы п/ф	90	0,00р.	16,74	6,48	8,37	158,40
Компот из сухофруктов	180	0,00р.	1,03	0,00	35,53	146,16
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
Вафли (готовое изделие)	30	0,00р.	1,20	1,50	23,10	106,20
Итого:		0,00р.	36,62	31,42	152,32	1133,57