

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

Меню на 17 июня 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 4 ГОЛ (доготовоч) (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 "Дружба" молочная из риса и пшена	200/10	0,00р.	5,20	10,26	27,28	222,70
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	100	0,00р.	5,00	3,20	3,50	88,00
Фрукты в ассортименте (целые)	150	0,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого:		0,00р.	19,27	21,15	77,90	620,86

Завтрак 4 ГОЛ (доготовоч) (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 "Дружба" молочная из риса и пшена	200/10	0,00р.	5,20	10,26	27,28	222,70
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	100	0,00р.	5,00	3,20	3,50	88,00
Фрукты в ассортименте (целые)	150	0,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого:		0,00р.	19,27	21,15	77,90	620,86

Обед 4 ГОЛ (доготов.) (Льготный 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,00р.	0,73	6,04	3,08	67,06
Суп картофельный с мясными фрикадельками (п/ф)	200/10	0,00р.	3,92	3,48	13,60	101,48
Шницель мясной (п/ф) запеченый	90	0,00р.	17,82	44,60	11,14	553,21
Каша гречневая рассыпчатая с соусом сметанным	150/50	0,00р.	7,56	8,20	33,10	233,00
Компот из свежих фруктов	200	0,00р.	0,16	0,16	27,88	115,06
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
Печенье (готовое изделие)	40	0,00р.	2,96	3,76	29,24	162,80
Итого:		0,00р.	42,27	67,59	181,38	1536,61

Обед 4 ГОЛ (доготов.) (Общий 7-11) (140,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,00р.	0,73	6,04	3,08	67,06
Суп картофельный с мясными фрикадельками (п/ф)	200/10	0,00р.	3,92	3,48	13,60	101,48
Шницель мясной (п/ф) запеченый	90	0,00р.	17,82	44,60	11,14	553,21
Каша гречневая рассыпчатая с соусом сметанным	150/50	0,00р.	7,56	8,20	33,10	233,00
Компот из свежих фруктов	200	0,00р.	0,16	0,16	27,88	115,06
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
Печенье (готовое изделие)	40	0,00р.	2,96	3,76	29,24	162,80
Итого:		0,00р.	42,27	67,59	181,38	1536,61