

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

Меню на 18 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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>24,63</b>	<b>43,50</b>	<b>89,60</b>	<b>871,94</b>

**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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>24,63</b>	<b>43,50</b>	<b>89,60</b>	<b>871,94</b>

**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 тушенной)	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

<b>Итого:</b>	<b>0,00р.</b>	<b>40,90</b>	<b>50,66</b>	<b>222,90</b>	<b>1531,03</b>
---------------	---------------	--------------	--------------	---------------	----------------

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

<b>Блюдо</b>	<b>Порция</b>	<b>Цена</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калории</b>
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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>40,90</b>	<b>50,66</b>	<b>222,90</b>	<b>1531,03</b>