

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

Меню на 21 июня 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

**КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА**

**Завтрак 7 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         |
| Сыр (порции)                   | 10     | 0,00р.        | 2,44         | 2,95         | 0,00         | 36,40         |
| Каша манная молочная жидкая    | 200/5  | 0,00р.        | 6,18         | 10,20        | 30,96        | 240,74        |
| 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         |
| <b>Итого:</b>                  |        | <b>0,00р.</b> | <b>25,50</b> | <b>32,74</b> | <b>90,06</b> | <b>825,20</b> |

**Завтрак 7 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         |
| Сыр (порции)                   | 10     | 0,00р.        | 2,44         | 2,95         | 0,00         | 36,40         |
| Каша манная молочная жидкая    | 200/5  | 0,00р.        | 6,18         | 10,20        | 30,96        | 240,74        |
| 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         |
| <b>Итого:</b>                  |        | <b>0,00р.</b> | <b>25,50</b> | <b>32,74</b> | <b>90,06</b> | <b>825,20</b> |

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

| Блюдо  | Порция | Цена          | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Калории        |
|--|--------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Винегрет овощной с растительным маслом           | 100    | 0,00р.        | 1,32         | 10,18        | 7,43          | 125,34         |
| Суп картофельный гречневый (с говядиной тушеной) | 200/10 | 0,00р.        | 3,22         | 3,54         | 16,32         | 110,08         |
| Биточки рыбные (п/ф)                             | 110    | 0,00р.        | 13,20        | 8,80         | 18,59         | 184,80         |
| Каша рисовая рассыпчатая                         | 150    | 0,00р.        | 3,80         | 3,94         | 33,68         | 194,56         |
| 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         |
| Пирожное "Зебра" (готовое изделие)               | 50     | 0,00р.        | 0,00         | 0,00         | 0,00          | 0,00           |
| <b>Итого:</b>                                    |        | <b>0,00р.</b> | <b>30,86</b> | <b>28,01</b> | <b>162,56</b> | <b>1012,78</b> |

**Обед 7 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> |
|--|---------------|---------------|--------------|--------------|-----------------|----------------|
| Винегрет овощной с растительным маслом           | 100           | 0,00р.        | 1,32         | 10,18        | 7,43            | 125,34         |
| Суп картофельный гречневый (с говядиной тушеной) | 200/10        | 0,00р.        | 3,22         | 3,54         | 16,32           | 110,08         |
| Биточки рыбные (п/ф)                             | 110           | 0,00р.        | 13,20        | 8,80         | 18,59           | 184,80         |
| Каша рисовая рассыпчатая                         | 150           | 0,00р.        | 3,80         | 3,94         | 33,68           | 194,56         |
| 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         |
| Пирожное "Зебра" (готовое изделие)               | 50            | 0,00р.        | 0,00         | 0,00         | 0,00            | 0,00           |
| <b>Итого:</b>                                    |               | <b>0,00р.</b> | <b>30,86</b> | <b>28,01</b> | <b>162,56</b>   | <b>1012,78</b> |