

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Кирилкина О. С.  
" \_\_\_\_\_"  
" \_\_\_\_\_"

Меню на 4 октября 2024 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 2 день (Льготный 7-11) ( 105,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	60	0,00р.	0,96	1,86	4,92	41,13
Пельмени мясные (п/ф) отварные	170	0,00р.	16,23	17,08	35,71	357,85
Сыр полутвердых сортов (порции)	15	0,00р.	3,50	4,40	0,00	53,80
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Яблоки (целые)	140	0,00р.	0,56	0,56	13,72	62,16
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>23,35</b>	<b>24,10</b>	<b>67,05</b>	<b>576,33</b>

Завтрак 2 день (Общий 12-18) ( 119,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	60	0,00р.	0,96	1,86	4,92	41,13
Пельмени мясные (п/ф) отварные	200	0,00р.	19,09	20,09	42,01	421,00
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Яблоки (целые)	140	0,00р.	0,56	0,56	13,72	62,16
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>29,72</b>	<b>31,51</b>	<b>73,36</b>	<b>693,28</b>

Завтрак 2 день (Льготный 12-18) ( 119,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	60	0,00р.	0,96	1,86	4,92	41,13
Пельмени мясные (п/ф) отварные	200	0,00р.	19,09	20,09	42,01	421,00
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Яблоки (целые)	140	0,00р.	0,56	0,56	13,72	62,16
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>29,72</b>	<b>31,51</b>	<b>73,36</b>	<b>693,28</b>

Завтрак 2 день (ОВЗ 12-18) ( 119,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	60	0,00р.	0,96	1,86	4,92	41,13
Пельмени мясные (п/ф) отварные	200	0,00р.	19,09	20,09	42,01	421,00
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Яблоки (целые)	140	0,00р.	0,56	0,56	13,72	62,16
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>29,72</b>	<b>31,51</b>	<b>73,36</b>	<b>693,28</b>

**Завтрак 2 день (Служащие СВО 12-18) ( 119,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	60	0,00р.	0,96	1,86	4,92	41,13
Пельмени мясные (п/ф) отварные	200	0,00р.	19,09	20,09	42,01	421,00
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Яблоки (целые)	140	0,00р.	0,56	0,56	13,72	62,16
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>29,72</b>	<b>31,51</b>	<b>73,36</b>	<b>693,28</b>

**Обед 2 день (Льготный 7-11) ( 172,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,00р.	1,33	6,08	8,77	94,23
Суп гороховый (с говядиной тушеной)	200	0,00р.	6,63	4,08	14,30	119,89
Котлета рыбная (п/ф) запеченная	120	0,00р.	10,87	10,32	11,20	180,92
Картофель отварной с маслом	170	0,00р.	4,82	4,18	17,87	134,32
Кисель с витаминами для детей	200	0,00р.	0,00	0,00	24,00	95,00
Хлеб пшеничный йодированный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Хлеб ржано-пшеничный	60	0,00р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>30,17</b>	<b>25,73</b>	<b>125,11</b>	<b>855,83</b>

**Обед 2 день (Льготный 12-18) ( 194,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из белокочанной капусты с морковью	120	0,00р.	2,01	4,14	12,20	92,60
Суп гороховый (с говядиной тушеной)	250	0,00р.	8,28	5,10	17,87	149,87
Котлета рыбная (п/ф) запеченная	120	0,00р.	10,87	10,32	11,20	180,92
Картофель отварной с маслом	230	0,00р.	6,53	5,66	24,18	181,73
Кисель с витаминами для детей	200	0,00р.	0,00	0,00	24,00	95,00
Хлеб пшеничный йодированный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Хлеб ржано-пшеничный	70	0,00р.	3,92	0,77	34,58	160,93
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>35,56</b>	<b>26,50</b>	<b>148,19</b>	<b>977,95</b>

**Полдник 2 день (ОВЗ 7-11) ( 78,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка "Майская" (готовое изделие)	60	0,00р.	4,62	1,80	30,06	155,40
Груши свежие (целые)	180	0,00р.	0,72	0,54	18,54	81,90
Кисломолочный продукт (ряженка 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,40	101,80
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>11,14</b>	<b>7,34</b>	<b>57,00</b>	<b>339,10</b>

**Полдник 2 день (ОВЗ 12-18) ( 80,00 Р)**

<b>Блюдо</b>	<b>Порция</b>	<b>Цена</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калории</b>
Булочка "Майская" (готовое изделие)	60	0,00р.	4,62	1,80	30,06	155,40
Груши свежие (целые)	200	0,00р.	0,80	0,60	20,60	91,00
Кисломолочный продукт (ряженка 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,40	101,80
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>11,22</b>	<b>7,40</b>	<b>59,06</b>	<b>348,20</b>

**Полдник 2 день (Служащие СВО 7-11) ( 78,00 Р)**

<b>Блюдо</b>	<b>Порция</b>	<b>Цена</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калории</b>
Булочка "Майская" (готовое изделие)	60	0,00р.	4,62	1,80	30,06	155,40
Груши свежие (целые)	180	0,00р.	0,72	0,54	18,54	81,90
Кисломолочный продукт (ряженка 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,40	101,80
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>11,14</b>	<b>7,34</b>	<b>57,00</b>	<b>339,10</b>

**Полдник 2 день (Служащие СВО 12-18) ( 80,00 Р)**

<b>Блюдо</b>	<b>Порция</b>	<b>Цена</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калории</b>
Булочка "Майская" (готовое изделие)	60	0,00р.	4,62	1,80	30,06	155,40
Груши свежие (целые)	200	0,00р.	0,80	0,60	20,60	91,00
Кисломолочный продукт (ряженка 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,40	101,80
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>11,22</b>	<b>7,40</b>	<b>59,06</b>	<b>348,20</b>