

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Кирилкина Ольга. Степановна.

" "

Меню на 11 марта 2025 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 4 день (Льготный 7-11) (121,99 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная жидкая	210	0,00р.	6,40	9,35	33,59	244,03
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	75,00
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,64
Какао с молоком и витаминами	200	0,00р.	3,96	4,10	12,06	100,94
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Итого:	500	0,00р.	18,37	26,20	65,35	570,13

Завтрак 4 день (Общий 12-18) (143,90 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная жидкая	250	0,00р.	7,62	11,13	39,99	290,51
Масло сливочное 82,5% (порции)	20	0,00р.	0,10	16,50	0,16	149,54
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,64
Какао с молоком и витаминами	200	0,00р.	3,96	4,10	12,06	100,94
Хлеб пшеничный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:	560	0,00р.	20,43	36,32	76,66	714,53

Завтрак 4 день (Льготный 12-18) (143,90 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная жидкая	250	0,00р.	7,62	11,13	39,99	290,51
Масло сливочное 82,5% (порции)	20	0,00р.	0,10	16,50	0,16	149,54
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,64
Какао с молоком и витаминами	200	0,00р.	3,96	4,10	12,06	100,94
Хлеб пшеничный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:	560	0,00р.	20,43	36,32	76,66	714,53

Завтрак 4 день (ОВЗ 12-18) (143,90 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная жидкая	250	0,00р.	7,62	11,13	39,99	290,51
Масло сливочное 82,5% (порции)	20	0,00р.	0,10	16,50	0,16	149,54
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,64
Какао с молоком и витаминами	200	0,00р.	3,96	4,10	12,06	100,94
Хлеб пшеничный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:	560	0,00р.	20,43	36,32	76,66	714,53

Завтрак 4 день (Служащие СВО 12-18) (143,90 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная жидкая	250	0,00р.	7,62	11,13	39,99	290,51
Масло сливочное 82,5% (порции)	20	0,00р.	0,10	16,50	0,16	149,54
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,64
Какао с молоком и витаминами	200	0,00р.	3,96	4,10	12,06	100,94
Хлеб пшеничный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:	560	0,00р.	20,43	36,32	76,66	714,53

Обед 4 день (Льготный 7-11) (161,85 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Полынский"	100	0,00р.	1,02	5,09	4,33	67,18
Рассольник "Ленинградский" с рисом (с говядиной тушеной)	200	0,00р.	4,44	5,02	9,82	102,46
Печень в муке тушеная	100	0,00р.	23,98	8,43	10,78	211,36
Картофельное пюре	160	0,00р.	3,27	5,12	21,80	103,74
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00р.	0,13	0,04	11,75	50,25
Хлеб пшеничный йодированный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржано-пшеничный	60	0,00р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:	850	0,00р.	38,57	24,65	102,62	743,06

Обед 4 день (Служащие СВО 12-18) (183,49 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Полынский"	100	0,00р.	1,02	5,09	4,33	67,18
Рассольник "Ленинградский" с рисом (с говядиной тушеной)	250	0,00р.	5,55	6,27	12,28	128,08
Печень в муке тушеная	120	0,00р.	28,78	10,11	12,94	253,63
Картофельное пюре	180	0,00р.	3,84	6,24	23,76	167,28
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00р.	0,13	0,04	11,75	50,25
Хлеб пшеничный йодированный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Хлеб ржано-пшеничный	60	0,00р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:	960	0,00р.	46,63	28,91	118,84	921,25

Полдник 4 день (ОВЗ 7-11) (91,90 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рулет с курагой (готовое изделие) порционный	60	0,00р.	4,32	3,90	26,40	157,80
Апельсины (целые)	140	0,00р.	1,26	0,28	11,34	52,92
Творожок (в индивид. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	100	0,00р.	7,40	5,90	11,00	126,70
Итого:	300	0,00р.	12,98	10,08	48,74	337,42

Полдник 4 день (ОВЗ 12-18) (92,72 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рулет с курагой (готовое изделие) порционный	80	0,00р.	5,76	5,20	35,20	210,40
Апельсины (целые)	140	0,00р.	1,26	0,28	11,34	52,92
Творожок (в индивид. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	125	0,00р.	10,00	6,25	11,88	143,75
Итого:	345	0,00р.	17,02	11,73	58,42	407,07

Полдник 4 день (Служащие СВО 7-11) (91,90 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рулет с курагой (готовое изделие) порционный	60	0,00р.	4,32	3,90	26,40	157,80
Апельсины (целые)	140	0,00р.	1,26	0,28	11,34	52,92
Творожок (в индивид. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	100	0,00р.	7,40	5,90	11,00	126,70
Итого:	300	0,00р.	12,98	10,08	48,74	337,42

Полдник 4 день (Служащие СВО 12-18) (92,72 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рулет с курагой (готовое изделие) порционный	80	0,00р.	5,76	5,20	35,20	210,40
Апельсины (целые)	140	0,00р.	1,26	0,28	11,34	52,92
Творожок (в индивид. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	125	0,00р.	10,00	6,25	11,88	143,75
Итого:	345	0,00р.	17,02	11,73	58,42	407,07