

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кирилкина О. С.
" _____ "

Меню на 8 сентября 2023 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 5 день (Льготный 7-11) (80,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Сырники из творога (п/ф) | 200 | 0,00р. | 17,79 | 9,72 | 34,02 | 293,47 |
| Джем (порции) | 50 | 0,00р. | 0,05 | 0,05 | 11,75 | 47,65 |
| Сыр полутвердых сортов (порции) | 15 | 0,00р. | 3,50 | 4,40 | 0,00 | 53,80 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 0,00р. | 3,80 | 3,50 | 11,10 | 90,81 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 0,00р. | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 93,52 |
| Итого: | | 0,00р. | 28,30 | 18,07 | 76,19 | 579,24 |

Завтрак 5 день (Общий 12-18) (102,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Сырники из творога (п/ф) | 220 | 0,00р. | 19,57 | 10,70 | 37,42 | 322,81 |
| Джем (порции) | 50 | 0,00р. | 0,05 | 0,05 | 11,75 | 47,65 |
| Сыр полутвердых сортов (порции) | 30 | 0,00р. | 7,00 | 8,80 | 0,00 | 107,60 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 0,00р. | 3,80 | 3,50 | 11,10 | 90,81 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 0,00р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Итого: | | 0,00р. | 34,37 | 23,55 | 84,42 | 685,77 |

Завтрак 5 день (Льготный 12-18) (102,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Сырники из творога (п/ф) | 220 | 0,00р. | 19,57 | 10,70 | 37,42 | 322,81 |
| Джем (порции) | 50 | 0,00р. | 0,05 | 0,05 | 11,75 | 47,65 |
| Сыр полутвердых сортов (порции) | 30 | 0,00р. | 7,00 | 8,80 | 0,00 | 107,60 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 0,00р. | 3,80 | 3,50 | 11,10 | 90,81 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 0,00р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Итого: | | 0,00р. | 34,37 | 23,55 | 84,42 | 685,77 |

Обед 5 день (Льготный 7-11) (125,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|--|--------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Салат из моркови с зелёным горошком | 90 | 0,00р. | 1,71 | 5,49 | 5,22 | 77,40 |
| Борщ с капустой и картофелем (с говядиной тушеной) | 200 | 0,00р. | 4,67 | 6,27 | 9,86 | 114,38 |
| Вареники с картофелем (п/ф) | 200 | 0,00р. | 6,83 | 6,13 | 55,79 | 303,71 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,00р. | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81,00 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 0,00р. | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 93,52 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 0,00р. | 2,80 | 0,55 | 24,70 | 114,95 |
| Итого: | | 0,00р. | 19,67 | 18,83 | 134,68 | 784,96 |

Полдник 5 день (ОВЗ 7-11) (70,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|------------------------------------|--------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Пряники (готовое изделие) | 60 | 0,00р. | 4,50 | 3,00 | 40,80 | 208,20 |
| Сок фруктовый для детского питания | 200 | 0,00р. | 0,20 | 0,20 | 23,20 | 95,40 |
| Апельсины (целые) | 140 | 0,00р. | 1,26 | 0,28 | 11,34 | 52,92 |
| Итого: | | 0,00р. | 5,96 | 3,48 | 75,34 | 356,52 |

Полдник 5 день (ОВЗ 12-18) (70,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|------------------------------------|--------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Пряники (готовое изделие) | 70 | 0,00р. | 5,25 | 3,50 | 47,60 | 242,90 |
| Сок фруктовый для детского питания | 200 | 0,00р. | 0,20 | 0,20 | 23,20 | 95,40 |
| Апельсины (целые) | 160 | 0,00р. | 1,44 | 0,32 | 12,96 | 60,48 |
| Итого: | | 0,00р. | 6,89 | 4,02 | 83,76 | 398,78 |

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____