

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Кирилкина Ольга. Степановна.

" _____ "

Меню на 10 декабря 2024 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 2 день (Льготный 7-11) (121,99 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
Итого:		0,00р.	23,35	24,10	67,05	576,33

Завтрак 2 день (Общий 12-18) (143,90 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
Итого:		0,00р.	29,72	31,51	73,36	693,28

Завтрак 2 день (Льготный 12-18) (143,90 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
Итого:		0,00р.	29,72	31,51	73,36	693,28

Завтрак 2 день (ОВЗ 12-18) (143,90 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
Итого:		0,00р.	29,72	31,51	73,36	693,28

Завтрак 2 день (Служащие СВО 12-18) (143,90 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
Итого:		0,00р.	29,72	31,51	73,36	693,28

Обед 2 день (Льготный 7-11) (161,85 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,00р.	1,68	3,45	10,17	77,17
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
Итого:		0,00р.	30,52	23,10	126,50	838,77

Обед 2 день (Служащие СВО 12-18) (183,49 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
Итого:		0,00р.	35,56	26,50	148,19	977,95

Полдник 2 день (ОВЗ 7-11) (91,90 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
Итого:		0,00р.	11,14	7,34	57,00	339,10

Полдник 2 день (ОВЗ 12-18) (92,72 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)	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
Итого:		0,00р.	11,22	7,40	59,06	348,20

Полдник 2 день (Служащие СВО 7-11) (91,90 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
Итого:		0,00р.	11,14	7,34	57,00	339,10

Полдник 2 день (Служащие СВО 12-18) (92,72 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)	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
Итого:		0,00р.	11,22	7,40	59,06	348,20