

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кирилкина О. С.
" " "

Меню на 15 ноября 2024 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 5 день (Льготный 7-11) (121,99 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. | 4,08 | 3,79 | 12,44 | 99,83 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 0,00р. | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 93,52 |
| Итого: | | 0,00р. | 28,58 | 18,36 | 77,53 | 588,27 |

Завтрак 5 день (Общий 12-18) (143,90 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. | 4,08 | 3,79 | 12,44 | 99,83 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 0,00р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Итого: | | 0,00р. | 34,65 | 23,84 | 85,76 | 694,79 |

Завтрак 5 день (Льготный 12-18) (143,90 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. | 4,08 | 3,79 | 12,44 | 99,83 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 0,00р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Итого: | | 0,00р. | 34,65 | 23,84 | 85,76 | 694,79 |

Завтрак 5 день (ОВЗ 12-18) (143,90 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. | 4,08 | 3,79 | 12,44 | 99,83 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 0,00р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Итого: | | 0,00р. | 34,65 | 23,84 | 85,76 | 694,79 |

Завтрак 5 день (Служащие СВО 12-18) (143,90 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. | 4,08 | 3,79 | 12,44 | 99,83 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 0,00р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Итого: | | 0,00р. | 34,65 | 23,84 | 85,76 | 694,79 |

Обед 5 день (Льготный 7-11) (161,85 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 |

Обед 5 день (Служащие СВО 12-18) (183,49 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|--|--------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Салат из моркови с зелёным горошком | 100 | 0,00р. | 1,90 | 6,10 | 5,80 | 86,00 |
| Борщ с капустой и картофелем (с говядиной тушеной) | 250 | 0,00р. | 5,84 | 7,83 | 12,32 | 142,98 |
| Вареники с картофелем (п/ф) | 230 | 0,00р. | 7,86 | 7,05 | 64,16 | 349,27 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,00р. | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81,00 |
| 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: | | 0,00р. | 23,41 | 22,14 | 155,87 | 914,09 |

Полдник 5 день (ОВЗ 7-11) (91,90 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) (92,72 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 |

Полдник 5 день (Служащие СВО 7-11) (91,90 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 (Служащие СВО 12-18) (92,72 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 |