

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кирилкина О. С.
" _____ "

Меню на 13 ноября 2023 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 4 день (Льготный 7-11) (80,00 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	74,77
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
Сыр полутвердых сортов (порции)	15	0,00р.	3,50	4,40	0,00	53,80
Итого:		0,00р.	21,87	30,60	65,35	623,69

Завтрак 4 день (Общий 12-18) (102,00 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
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Итого:		0,00р.	27,43	45,13	76,66	822,12

Завтрак 4 день (Льготный 12-18) (102,00 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
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Итого:		0,00р.	27,43	45,13	76,66	822,12

Обед 4 день (Льготный 7-11) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Польинский"	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 фруктовых 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:		0,00р.	38,57	24,65	102,62	743,06

Обед 4 день (Общий 12-18) (130,00 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.	3,68	5,76	24,53	116,71
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:		0,00р.	46,46	28,43	119,61	870,68

Обед 4 день (Льготный 12-18) (130,00 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.	3,68	5,76	24,53	116,71
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:		0,00р.	46,46	28,43	119,61	870,68

Полдник 4 день (ОВЗ 7-11) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка 100 гр.	100	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Творожок (в индивид. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	100	0,00р.	7,40	5,90	11,00	126,70
Итого:		0,00р.	7,40	5,90	11,00	126,70

Полдник 4 день (ОВЗ 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка 100 гр.	100	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Творожок (в индивид. упаковке, м.д.ж. не более 9%)	100	0,00р.	7,40	5,90	11,00	126,70
Итого:		0,00р.	7,40	5,90	11,00	126,70

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____