

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Кирилкина О. С.  
"       "       "

Меню на 16 ноября 2023 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 8 день (Льготный 7-11) ( 80,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Помидор свежий (нарезка)	50	0,00р.	0,30	0,00	1,90	8,80
Котлета мясная (п/ф) запеченная	90	0,00р.	9,35	10,77	9,30	172,20
Каша гречневая рассыпчатая	150	0,00р.	8,20	6,11	42,80	258,46
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,77
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>20,80</b>	<b>25,42</b>	<b>71,62</b>	<b>599,00</b>

Завтрак 8 день (Общий 12-18) ( 102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Помидор свежий (нарезка)	100	0,00р.	0,60	0,00	3,80	17,60
Котлета мясная (п/ф) запеченная	100	0,00р.	10,39	11,97	10,34	191,33
Каша гречневая рассыпчатая	180	0,00р.	9,84	7,33	51,36	310,15
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,77
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>23,78</b>	<b>27,84</b>	<b>83,11</b>	<b>678,63</b>

Завтрак 8 день (Льготный 12-18) ( 102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Помидор свежий (нарезка)	100	0,00р.	0,60	0,00	3,80	17,60
Котлета мясная (п/ф) запеченная	100	0,00р.	10,39	11,97	10,34	191,33
Каша гречневая рассыпчатая	180	0,00р.	9,84	7,33	51,36	310,15
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,77
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,53	0,00	3,04	14,63
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>23,78</b>	<b>27,84</b>	<b>83,11</b>	<b>678,63</b>

Обед 8 день (Льготный 7-11) ( 120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с чесноком	100	0,00р.	1,40	3,10	7,50	63,50
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	0,00р.	5,13	4,09	11,51	102,82
Бифштекс рубленый (п/ф мясо с птицей) запечённый	100	0,00р.	14,20	14,71	0,00	188,78
Рагу овощное с картофелем	180	0,00р.	3,23	8,11	16,15	150,53
Компот из изюма	200	0,00р.	0,36	0,10	21,17	86,10
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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>30,04</b>	<b>31,07</b>	<b>100,46</b>	<b>799,81</b>

#### Обед 8 день (Общий 12-18) ( 130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с чесноком	120	0,00р.	1,68	3,72	9,00	76,20
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	250	0,00р.	6,41	5,11	14,39	128,53
Бифштекс рубленый (п/ф мясо с птицей) запечённый	120	0,00р.	17,04	17,65	0,00	226,53
Рагу овощное с картофелем	200	0,00р.	3,59	9,01	17,95	167,25
Компот из изюма	200	0,00р.	0,36	0,10	21,17	86,10
Хлеб пшеничный йодированный	60	0,00р.	4,74	0,60	28,98	140,28
Хлеб ржано-пшеничный	60	0,00р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>37,17</b>	<b>36,85</b>	<b>121,12</b>	<b>962,84</b>

#### Обед 8 день (Льготный 12-18) ( 130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с чесноком	120	0,00р.	1,68	3,72	9,00	76,20
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	250	0,00р.	6,41	5,11	14,39	128,53
Бифштекс рубленый (п/ф мясо с птицей) запечённый	120	0,00р.	17,04	17,65	0,00	226,53
Рагу овощное с картофелем	200	0,00р.	3,59	9,01	17,95	167,25
Компот из изюма	200	0,00р.	0,36	0,10	21,17	86,10
Хлеб пшеничный йодированный	60	0,00р.	4,74	0,60	28,98	140,28
Хлеб ржано-пшеничный	60	0,00р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>37,17</b>	<b>36,85</b>	<b>121,12</b>	<b>962,84</b>

#### Полдник 8 день (ОВЗ 7-11) ( 70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка "Даниловская" (готовое изделие)	60	0,00р.	4,62	1,80	30,06	155,40
Сок фруктовый для детского питания	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	95,40
Кисломолочный продукт (биокефир 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,00	100,20
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>10,62</b>	<b>7,00</b>	<b>61,26</b>	<b>351,00</b>

**Полдник 8 день (ОВЗ 12-18) ( 70,00 Р)**

<b>Блюдо</b>	<b>Порция</b>	<b>Цена</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Калории</b>
Булочка "Даниловская" (готовое изделие)	60	0,00р.	4,62	1,80	30,06	155,40
Сок фруктовый для детского питания	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	95,40
Кисломолочный продукт (биокефир 2,5% - 3,4% м.д.ж.)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,00	100,20
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>10,62</b>	<b>7,00</b>	<b>61,26</b>	<b>351,00</b>

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

Зав столовой \_\_\_\_\_