

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Кирилкина О. С.  
" \_\_\_\_\_ "

Меню на 17 марта 2023 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная	200	0,00р.	5,38	7,67	29,25	154,63
Бутерброд с маслом и сыром	45	0,00р.	6,27	11,17	9,37	163,25
Чай с молоком и сахаром	200	0,00р.	3,12	3,42	13,66	107,75
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Яйцо отварное	40	0,00р.	5,08	4,60	0,28	62,84
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>23,01</b>	<b>27,26</b>	<b>71,88</b>	<b>581,99</b>

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная	250	0,00р.	6,73	9,58	36,56	193,29
Бутерброд с маслом и сыром	45	0,00р.	6,27	11,17	9,37	163,25
Чай с молоком и сахаром	200	0,00р.	3,12	3,42	13,66	107,75
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Яйцо отварное	40	0,00р.	5,08	4,60	0,28	62,84
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>24,35</b>	<b>29,17</b>	<b>79,19</b>	<b>620,65</b>

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша рисовая молочная	250	0,00р.	6,73	9,58	36,56	193,29
Бутерброд с маслом и сыром	45	0,00р.	6,27	11,17	9,37	163,25
Чай с молоком и сахаром	200	0,00р.	3,12	3,42	13,66	107,75
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Яйцо отварное	40	0,00р.	5,08	4,60	0,28	62,84
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>24,35</b>	<b>29,17</b>	<b>79,19</b>	<b>620,65</b>

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих огурцов	60	0,00р.	0,44	6,05	1,37	61,65
Суп "Крестьянский" с крупой (с говядиной тушеной)	200	0,00р.	5,54	10,29	11,23	164,22
Картофельное пюре	150	0,00р.	2,72	3,40	23,86	120,83
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	80	0,00р.	10,51	7,69	7,80	228,98
Соус сметанный с томатом	50	0,00р.	2,07	5,12	7,01	74,77
Кисель из ягод с/м	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,58
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	30	0,00р.	1,48	0,32	13,17	52,01
Сок фруктовый для детского	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00

питания						
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>25,52</b>	<b>33,46</b>	<b>123,31</b>	<b>953,18</b>

### Обед 5 день (Общий 12-18) ( 130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих огурцов	90	0,00р.	0,66	9,07	2,05	92,47
Суп "Крестьянский" с крупой (с говядиной тушеной)	250	0,00р.	6,92	12,86	14,04	205,27
Картофельное пюре	200	0,00р.	3,63	4,53	31,81	161,11
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	0,00р.	11,82	8,66	8,78	257,61
Соус сметанный с томатом	50	0,00р.	2,07	5,12	7,01	74,77
Кисель из ягод с/м	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,58
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	30	0,00р.	1,48	0,32	13,17	52,01
Сок фруктовый для детского питания	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>29,34</b>	<b>41,15</b>	<b>135,73</b>	<b>1093,96</b>

### Обед 5 день (Льготный 12-18) ( 130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих огурцов	90	0,00р.	0,66	9,07	2,05	92,47
Суп "Крестьянский" с крупой (с говядиной тушеной)	250	0,00р.	6,92	12,86	14,04	205,27
Картофельное пюре	200	0,00р.	3,63	4,53	31,81	161,11
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	0,00р.	11,82	8,66	8,78	257,61
Соус сметанный с томатом	50	0,00р.	2,07	5,12	7,01	74,77
Кисель из ягод с/м	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,58
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
Хлеб ржаной	30	0,00р.	1,48	0,32	13,17	52,01
Сок фруктовый для детского питания	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>29,34</b>	<b>41,15</b>	<b>135,73</b>	<b>1093,96</b>

### Полдник 5 день (ОВЗ 7-11) ( 70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок из фруктов и (или) овощей	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
Булочка 100 гр.	100	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Груши свежие (целые)	150	0,00р.	0,60	0,45	15,45	70,50

<b>Итого:</b>	<b>0,00р.</b>	<b>0,80</b>	<b>0,65</b>	<b>38,65</b>	<b>164,50</b>
---------------	---------------	-------------	-------------	--------------	---------------

**Полдник 5 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>
Сок из фруктов и (или) овощей	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
Груши свежие (целые)	150	0,00р.	0,60	0,45	15,45	70,50
Булочка 100 гр.	100	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>0,80</b>	<b>0,65</b>	<b>38,65</b>	<b>164,50</b>

Повар \_\_\_\_\_  
Кладовщик \_\_\_\_\_  
Зав столовой \_\_\_\_\_