

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кирилкина О. С.
" " "

Меню на 20 сентября 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 2 день (Льготный 7-11) (65,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих огурцов	60	0,00р.	0,44	6,05	1,37	56,00
Вареники с картофелем (п/ф)	150	0,00р.	5,28	11,07	44,34	291,98
Компот из ягод замороженных	200	0,00р.	0,16	0,08	16,20	66,00
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	2,76	0,40	15,40	77,20
Итого:		0,00р.	8,63	17,60	77,31	491,18

Завтрак 2 день (Общий 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих огурцов	90	0,00р.	0,66	9,07	2,05	84,01
Вареники с картофелем (п/ф)	250	0,00р.	8,80	18,45	73,91	486,63
Компот из ягод замороженных	200	0,00р.	0,16	0,08	16,20	66,00
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	2,76	0,40	15,40	77,20
Итого:		0,00р.	12,37	28,00	107,55	713,83

Завтрак 2 день (Льготный 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих огурцов	90	0,00р.	0,66	9,07	2,05	84,01
Вареники с картофелем (п/ф)	250	0,00р.	8,80	18,45	73,91	486,63
Компот из ягод замороженных	200	0,00р.	0,16	0,08	16,20	66,00
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	2,76	0,40	15,40	77,20
Итого:		0,00р.	12,37	28,00	107,55	713,83

Обед 2 день (Льготный 7-11) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Винегрет овощной с растительным маслом	60	0,00р.	0,74	6,10	4,83	67,80
Борщ с капустой и картофелем (с говядиной тушеной)	200/20	0,00р.	3,28	6,80	21,24	161,07
Картофельное пюре	150	0,00р.	2,74	3,04	24,22	117,77
Котлета рыбная (п/ф)	80	0,00р.	9,77	13,90	7,44	186,19
Соус молочный (для подачи к блюду)	50	0,00р.	1,04	2,76	4,36	43,19
Сок в ассортименте	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	2,76	0,40	15,40	77,20
Хлеб ржаной	40	0,00р.	2,04	0,48	15,96	78,80
Итого:		0,00р.	22,57	33,68	116,65	826,01

Обед 2 день (Общий 12-18) (115,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Винегрет овощной с растительным маслом	90	0,00р.	1,11	9,15	7,25	101,70
Борщ с капустой и картофелем (с говядиной тушеной)	250/20	0,00р.	4,03	8,35	26,07	197,67
Картофельное пюре	200	0,00р.	3,66	4,06	32,29	157,02
Котлета рыбная (п/ф)	90	0,00р.	10,99	15,64	8,37	209,46
Соус молочный (для подачи к блюду)	50	0,00р.	1,04	2,76	4,36	43,19
Сок в ассортименте	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	2,76	0,40	15,40	77,20
Хлеб ржаной	40	0,00р.	2,04	0,48	15,96	78,80
Итого:		0,00р.	25,82	41,03	132,90	959,04

Полдник 2 день (ОВЗ 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок в ассортименте	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
Бисквит "Чоко-Пай" (инд. упак. 1/30)	30	0,00р.	1,50	6,30	18,60	138,00
Итого:		0,00р.	1,70	6,50	41,80	232,00

Полдник 2 день (ОВЗ 12-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок в ассортименте	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	94,00
Бисквит "Чоко-Пай" (инд. упак. 1/30)	30	0,00р.	1,50	6,30	18,60	138,00
Итого:		0,00р.	1,70	6,50	41,80	232,00

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____