

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кирилкина О. С.
" _____ "

Меню на 22 сентября 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 4 день (Льготный 7-11) (65,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Помидор свежий нарезка	60	0,00р.	0,36	0,00	2,28	8,40
Картофельное пюре	150	0,00р.	2,74	3,04	24,22	117,77
Тефтели из говядины тушёные (п/ф)	100	0,00р.	6,00	9,80	9,00	200,30
Чай с лимоном	200	0,00р.	0,26	0,06	13,90	52,89
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Итого:		0,00р.	11,44	13,20	60,95	437,25

Завтрак 4 день (Общий 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Помидор свежий нарезка	90	0,00р.	0,54	0,00	3,42	12,60
Картофельное пюре	200	0,00р.	3,66	4,06	32,29	157,02
Тефтели из говядины тушёные (п/ф)	100	0,00р.	6,00	9,80	9,00	200,30
Чай с лимоном	200	0,00р.	0,26	0,06	13,90	52,89
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Итого:		0,00р.	12,53	14,21	70,17	480,71

Завтрак 4 день (Льготный 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Помидор свежий нарезка	90	0,00р.	0,54	0,00	3,42	12,60
Картофельное пюре	200	0,00р.	3,66	4,06	32,29	157,02
Тефтели из говядины тушёные (п/ф)	100	0,00р.	6,00	9,80	9,00	200,30
Чай с лимоном	200	0,00р.	0,26	0,06	13,90	52,89
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Итого:		0,00р.	12,53	14,21	70,17	480,71

Обед 4 день (Льготный 7-11) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из сырых овощей со сметаной	60	0,00р.	0,81	2,14	2,46	29,52
Рассольник "Ленинградский" (с говядиной тушёной)	200/20	0,00р.	4,44	4,50	13,65	136,97
Макароны отварные	150	0,00р.	4,52	4,47	43,21	173,81
Сосиски отварные	80	0,00р.	6,83	12,18	0,40	181,66
Напиток из шиповника	200	0,00р.	0,68	0,28	29,26	135,30
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Хлеб ржаной	30	0,00р.	1,48	0,32	13,17	52,01

Итого:	0,00р.	20,83	24,20	113,70	767,16
---------------	---------------	--------------	--------------	---------------	---------------

Обед 4 день (Общий 12-18) (115,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из сырых овощей со сметаной	90	0,00р.	1,21	3,21	3,69	44,28
Рассольник "Ленинградский" (с говядиной тушёной)	250/20	0,00р.	5,45	5,53	16,76	168,10
Макароны отварные	200	0,00р.	6,02	5,97	57,62	231,74
Сосиски отварные	90	0,00р.	7,69	13,70	0,45	204,36
Напиток из шиповника	200	0,00р.	0,68	0,28	29,26	135,30
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Хлеб ржаной	30	0,00р.	1,48	0,32	13,17	52,01
Итого:		0,00р.	24,60	29,31	132,49	893,70

Полдник 4 день (ОВЗ 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Молоко	200	0,00р.	6,00	7,00	9,60	126,00
Булочка Домашняя	50	0,00р.	3,74	5,81	30,71	189,27
Итого:		0,00р.	9,74	12,81	40,31	315,27

Полдник 4 день (ОВЗ 12-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Молоко	200	0,00р.	6,00	7,00	9,60	126,00
Булочка Домашняя	50	0,00р.	3,74	5,81	30,71	189,27
Итого:		0,00р.	9,74	12,81	40,31	315,27

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____