

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кирилкина О. С.
" " "

Меню на 26 сентября 2022 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 6 день (Льготный 7-11) (65,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Икра кабачковая (готовый продукт)	60	0,00р.	1,14	5,34	4,62	71,40
Макароны отварные запеченные с сыром	150	0,00р.	8,53	12,24	30,96	268,64
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,20	0,05	13,71	50,82
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Итого:		0,00р.	11,94	17,94	60,84	448,76

Завтрак 6 день (Общий 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Икра кабачковая (готовый продукт)	90	0,00р.	1,71	8,01	6,93	107,10
Макароны отварные запеченные с сыром	200	0,00р.	11,37	16,33	41,28	358,19
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,20	0,05	13,71	50,82
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Итого:		0,00р.	15,35	24,69	73,47	574,01

Завтрак 6 день (Льготный 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Икра кабачковая (готовый продукт)	90	0,00р.	1,71	8,01	6,93	107,10
Макароны отварные запеченные с сыром	200	0,00р.	11,37	16,33	41,28	358,19
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,20	0,05	13,71	50,82
Хлеб пшеничный	30	0,00р.	2,07	0,30	11,55	57,90
Итого:		0,00р.	15,35	24,69	73,47	574,01

Обед 6 день (Льготный 7-11) (180,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Степной"	60	0,00р.	0,79	4,62	5,19	58,53
Свекольник	200	0,00р.	1,24	4,54	16,85	107,87
Рис отварной	150	0,00р.	3,81	5,33	33,70	207,18
Котлета из говядины (п/ф)	80	0,00р.	10,00	16,88	3,27	233,35
Соус сметанный	30	0,00р.	0,45	2,43	1,86	29,57
Компот из кураги	200	0,00р.	1,30	0,08	18,14	72,34
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.	21,15	34,48	103,70	818,73

Обед 6 день (Общий 12-18) (115,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Степной"	90	0,00р.	1,19	6,92	7,78	87,80
Свекольник	250	0,00р.	1,55	5,68	21,06	134,83
Рис отварной	200	0,00р.	5,08	7,10	44,93	276,24
Котлета из говядины (п/ф)	90	0,00р.	11,25	18,98	3,68	262,52
Соус сметанный	50	0,00р.	0,74	4,05	3,09	49,28
Компот из кураги	200	0,00р.	1,30	0,08	18,14	72,34
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.	24,67	43,43	123,38	992,91

Полдник 6 день (ОВЗ 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Кисломолочный продукт (кефир)	200	0,00р.	5,80	6,00	8,00	118,00
Булочка весовая	60	0,00р.	4,74	5,64	33,30	203,40
Итого:		0,00р.	10,54	11,64	41,30	321,40

Полдник 6 день (ОВЗ 12-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Кисломолочный продукт (кефир)	200	0,00р.	5,80	6,00	8,00	118,00
Булочка весовая	100	0,00р.	7,90	9,40	55,50	339,00
Итого:		0,00р.	13,70	15,40	63,50	457,00

Повар _____
Кладовщик _____
Зав столовой _____