

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 1 марта 2024 г.

МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 11 день (Льготный 7-11) (157,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рыба запечённая в сметанном соусе	130	35,52р.	14,44	8,22	3,20	144,14
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	1,72р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Рис отварной	150	8,34р.	15,08	3,84	34,76	230,85
Итого:		49,89р.	41,08	13,79	130,66	807,64

Завтрак 11 день (Общий 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рыба запечённая в сметанном соусе	130	35,79р.	14,44	8,22	3,20	144,14
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,55р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	1,72р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Рис отварной	180	10,15р.	18,09	4,61	41,71	277,02
Итого:		52,40р.	44,09	14,56	137,61	853,81

Завтрак 11 день (Льготный 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рыба запечённая в сметанном соусе	130	35,79р.	14,44	8,22	3,20	144,14
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	1,72р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Рис отварной	180	10,15р.	18,09	4,61	41,71	277,02
Итого:		51,98р.	44,09	14,56	137,61	853,81

Обед 11 день (Льготный 7-11) (258,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Картофель жаренный (из сырого)	150	18,32р.	4,35	20,85	35,43	346,75
Сок из фруктов и (или) овощей	200	14,52р.	7,00	1,00	100,00	460,00
Суп картофельный с бобовыми	250	15,40р.	5,51	5,64	19,31	150,02
Винегрет (ш. Восточное)	100	12,02р.	1,71	10,24	9,75	137,91
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	33,37р.	21,66	24,40	8,85	339,73
Итого:		97,95р.	51,48	63,78	251,28	1806,15

Обед 11 день (Общий 7-11) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Сок из фруктов и (или) овощей	200	14,52р.	7,00	1,00	100,00	460,00
Котлета рубленая из курицы (п/ф)	90	33,37р.	13,59	14,53	7,38	214,64
Суп картофельный с бобовыми	250	15,40р.	5,51	5,64	19,31	150,02
Винегрет (ш. Восточное)	100	12,37р.	1,71	10,24	9,75	137,91
Картофель жаренный (из сырого)	150	18,32р.	4,35	20,85	35,43	346,75
Итого:		98,30р.	43,41	53,91	249,81	1681,06

Обед 11 день (Льготный 12-18) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Картофель жаренный (из сырого)	150	18,32р.	4,35	20,85	35,43	346,75
Сок из фруктов и (или) овощей	200	14,52р.	7,00	1,00	100,00	460,00
Суп картофельный с бобовыми	250	15,70р.	5,51	5,64	19,31	150,02
Винегрет (ш. Восточное)	100	12,37р.	1,71	10,24	9,75	137,91
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	33,33р.	21,66	24,40	8,85	339,73
Итого:		98,56р.	51,48	63,78	251,28	1806,15

Полдник 11 день (ОВЗ 7-11) (117,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Компот из кураги	200	6,07р.	1,30	0,08	19,74	86,42
Печенье (готовое изделие)	50	20,00р.	3,70	4,70	36,55	203,50
Итого:		26,07р.	5,00	4,78	56,29	289,92

Полдник 11 день (ОВЗ 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Компот из кураги	200	6,24р.	1,30	0,08	19,74	86,42
Печенье (готовое изделие)	50	20,00р.	3,70	4,70	36,55	203,50
Итого:		26,24р.	5,00	4,78	56,29	289,92

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____