

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" _____ "

Меню на 7 февраля 2024 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 3 день (Льготный 7-11) (157,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|----------------------------------|--------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,13р. | 7,90 | 1,00 | 48,30 | 233,80 |
| Пудинг из творога (ш. Восточное) | 180 | 52,12р. | 23,29 | 11,31 | 33,18 | 316,75 |
| Молоко сгущенное (порции) | 20 | 3,36р. | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,46 |
| Яблоки свежие (ш. Восточное) | 100 | 17,01р. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Чай с джемом | 200 | 5,32р. | 0,50 | 0,10 | 3,94 | 18,61 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,19р. | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 |
| Итого: | | 82,14р. | 36,49 | 14,77 | 126,16 | 772,56 |

Завтрак 3 день (Общий 12-18) (178,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|------------------------------|--------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Пудинг из творога запеченный | 200 | 60,41р. | 34,40 | 17,64 | 51,08 | 476,74 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 50 | 3,55р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Молоко сгущенное (порции) | 20 | 3,36р. | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,46 |
| Яблоки свежие (ш. Восточное) | 100 | 17,06р. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Чай с джемом | 200 | 5,32р. | 0,50 | 0,10 | 3,94 | 18,61 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,19р. | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 |
| Итого: | | 91,89р. | 43,65 | 20,60 | 119,91 | 815,65 |

Завтрак 3 день (Льготный 12-18) (178,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|------------------------------|--------|----------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Пудинг из творога запеченный | 200 | 61,97р. | 34,40 | 17,64 | 51,08 | 476,74 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 50 | 3,55р. | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 116,90 |
| Молоко сгущенное (порции) | 20 | 3,36р. | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,46 |
| Яблоки свежие (ш. Восточное) | 100 | 16,94р. | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Чай с джемом | 200 | 5,32р. | 0,50 | 0,10 | 3,94 | 18,61 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,19р. | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 |
| Итого: | | 93,33р. | 43,65 | 20,60 | 119,91 | 815,65 |

Обед 3 день (Льготный 7-11) (258,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---------------------------------------|--------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Шницель мясной (п/ф) запеченный | 100 | 33,17р. | 19,84 | 43,40 | 12,40 | 565,44 |
| Салат зелёный из свежих огурцов | 80 | 16,45р. | 0,80 | 4,74 | 1,88 | 53,33 |
| Суп гороховый (ш. Восточное) | 200 | 12,32р. | 5,17 | 1,96 | 14,55 | 96,71 |
| Картофельное пюре (ш. Восточное) | 150 | 17,46р. | 4,14 | 6,41 | 28,83 | 189,62 |
| Компот из свежих яблок (ш. Восточное) | 200 | 6,57р. | 0,24 | 0,24 | 25,48 | 105,04 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,13р. | 7,90 | 1,00 | 48,30 | 233,80 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,19р. | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 |
| Итого: | | 90,29р. | 41,46 | 58,40 | 161,08 | 1381,89 |

Обед 3 день (Общий 7-11) (291,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---------------------------------------|--------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Шницель мясной (п/ф) запеченный | 100 | 33,16р. | 19,84 | 43,40 | 12,40 | 565,44 |
| Картофельное пюре | 150 | 17,46р. | 2,44 | 4,20 | 16,52 | 113,97 |
| Салат зелёный из свежих огурцов | 100 | 17,75р. | 1,00 | 5,92 | 2,35 | 66,60 |
| Суп гороховый (ш. Восточное) | 200 | 12,29р. | 5,17 | 1,96 | 14,55 | 96,71 |
| Компот из свежих яблок (ш. Восточное) | 200 | 6,57р. | 0,24 | 0,24 | 25,48 | 105,04 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,13р. | 7,90 | 1,00 | 48,30 | 233,80 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,19р. | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 |
| Итого: | | 91,55р. | 39,95 | 57,38 | 149,24 | 1319,50 |

Обед 3 день (Льготный 12-18) (291,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|---------------------------------------|--------|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Салат зелёный из свежих огурцов | 100 | 17,75р. | 1,00 | 5,92 | 2,35 | 66,60 |
| Шницель мясной (п/ф) запеченный | 100 | 33,18р. | 19,84 | 43,40 | 12,40 | 565,44 |
| Суп гороховый (ш. Восточное) | 200 | 12,88р. | 5,17 | 1,96 | 14,55 | 96,71 |
| Картофельное пюре (ш. Восточное) | 150 | 17,46р. | 4,14 | 6,41 | 28,83 | 189,62 |
| Компот из свежих яблок (ш. Восточное) | 200 | 6,57р. | 0,24 | 0,24 | 25,48 | 105,04 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,13р. | 7,90 | 1,00 | 48,30 | 233,80 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,19р. | 3,36 | 0,66 | 29,64 | 137,94 |
| Итого: | | 92,16р. | 41,66 | 59,59 | 161,56 | 1395,15 |

Полдник 3 день (ОВЗ 7-11) (117,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|-----------------------------|--------|----------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Компот из ягод замороженных | 200 | 9,01р. | 0,16 | 0,08 | 16,20 | 66,00 |
| Булочка "Российская" | 100 | 13,41р. | 7,61 | 7,86 | 60,75 | 343,91 |
| Итого: | | 22,42р. | 7,77 | 7,94 | 76,95 | 409,91 |

Полдник 3 день (ОВЗ 12-18) (120,00 Р)

| Блюдо | Порция | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Калории |
|-----------------------------|--------|----------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Компот из ягод замороженных | 200 | 9,01р. | 0,16 | 0,08 | 16,20 | 66,00 |
| Булочка "Российская" | 100 | 13,35р. | 7,61 | 7,86 | 60,75 | 343,91 |
| Итого: | | 22,36р. | 7,77 | 7,94 | 76,95 | 409,91 |

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____