

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 8 февраля 2024 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 4 день (Льготный 7-11) (157,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рис отварной	150	8,49р.	15,08	3,84	34,76	230,85
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	36,84р.	21,66	24,40	8,85	339,73
Сыр полутвердых сортов (порции)	10	6,73р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Чай с лимоном и сахаром	200	3,30р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	7,12р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		66,80р.	51,02	40,10	131,51	1086,45

Завтрак 4 день (Общий 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рис отварной	180	10,18р.	18,09	4,61	41,71	277,02
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	36,82р.	21,66	24,40	8,85	339,73
Сыр полутвердых сортов (порции)	20	13,46р.	4,88	5,90	0,00	72,80
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Чай с лимоном и сахаром	200	3,30р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	7,12р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		76,62р.	52,52	43,32	114,31	1052,12

Завтрак 4 день (Льготный 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рис отварной	180	10,18р.	18,09	4,61	41,71	277,02
Котлета из курицы (п/ф) запеченная	90	36,84р.	21,66	24,40	8,85	339,73
Сыр полутвердых сортов (порции)	20	13,45р.	4,88	5,90	0,00	72,80
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Чай с лимоном и сахаром	200	3,30р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	7,12р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		76,63р.	52,52	43,32	114,31	1052,12

Обед 4 день (Льготный 7-11) (258,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка картофельная с говядиной	150	14,73р.	14,79	16,59	18,38	277,94
Щи из свежей капусты с картофелем (ш. Восточное)	250	10,20р.	3,41	6,99	13,57	131,03
Компот из сухофруктов (ш. Восточное)	200	7,42р.	0,60	0,00	31,02	126,42
Салат из свежих помидоров с перцем	100	8,64р.	0,46	6,02	2,55	66,18
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:		45,31р.	30,52	31,26	143,45	973,30

Обед 4 день (Общий 7-11) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка картофельная с говядиной	150	54,02р.	14,79	16,59	18,38	277,94
Щи из свежей капусты с картофелем (ш. Восточное)	250	10,19р.	3,41	6,99	13,57	131,03
Компот из сухофруктов (ш. Восточное)	200	7,42р.	0,60	0,00	31,02	126,42
Салат из свежих помидоров с перцем	100	18,70р.	0,46	6,02	2,55	66,18
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:		94,65р.	30,52	31,26	143,45	973,30

Обед 4 день (Льготный 12-18) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка картофельная с говядиной	150	54,02р.	14,79	16,59	18,38	277,94
Щи из свежей капусты с картофелем (ш. Восточное)	250	10,19р.	3,41	6,99	13,57	131,03
Компот из сухофруктов (ш. Восточное)	200	7,42р.	0,60	0,00	31,02	126,42
Салат из свежих помидоров с перцем	100	18,70р.	0,46	6,02	2,55	66,18
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:		94,65р.	30,52	31,26	143,45	973,30

Полдник 4 день (ОВЗ 7-11) (117,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Вафли с начинкой	100	25,00р.	5,50	30,00	61,00	536,00
Кисель из яблок	200	7,74р.	1,50	1,35	15,96	82,08
Итого:		32,74р.	7,00	31,35	76,96	618,08

Полдник 4 день (ОВЗ 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Вафли с начинкой	100	25,00р.	5,50	30,00	61,00	536,00
Кисель из яблок	200	7,74р.	1,50	1,35	15,96	82,08
Итого:		32,74р.	7,00	31,35	76,96	618,08

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____