

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
Раковец Т. В.

" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_

Меню на 9 февраля 2024 г.  
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

**Завтрак 5 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
Сыр полутвердых сортов (порции)	10	6,73р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Омлет с зелёным горошком	170	48,06р.	17,52	21,55	9,36	301,43
Кофейный напиток	200	8,96р.	3,26	2,87	17,90	109,99
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,14р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	22,10р.	5,80	5,00	22,00	156,20
<b>Итого:</b>		<b>90,12р.</b>	<b>40,28</b>	<b>34,03</b>	<b>127,20</b>	<b>975,76</b>

**Завтрак 5 день (Общий 12-18) ( 178,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Омлет с зелёным горошком	180	53,51р.	18,55	22,81	9,91	319,16
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
Кофейный напиток с молоком (ш. Восточное)	200	8,96р.	2,69	2,98	15,73	100,42
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,14р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	22,10р.	5,80	5,00	22,00	156,20
<b>Итого:</b>		<b>103,71р.</b>	<b>39,23</b>	<b>37,86</b>	<b>101,43</b>	<b>903,43</b>

**Завтрак 5 день (Льготный 12-18) ( 178,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Омлет с зелёным горошком	180	53,50р.	18,55	22,81	9,91	319,16
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
Кофейный напиток с молоком (ш. Восточное)	200	8,95р.	2,69	2,98	15,73	100,42
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,13р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	22,10р.	5,80	5,00	22,00	156,20
<b>Итого:</b>		<b>103,69р.</b>	<b>39,23</b>	<b>37,86</b>	<b>101,43</b>	<b>903,43</b>

**Обед 5 день (Льготный 7-11) ( 258,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Печень по-строгановски	100	28,14р.	16,42	11,03	7,97	196,89
Каша гречневая рассыпчатая	180	9,51р.	10,49	7,09	47,44	295,52
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	8,77р.	1,64	10,17	9,60	136,48
Компот из свежих яблок (ш. Восточное)	200	1,41р.	0,24	0,24	25,48	105,04
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9,78р.	2,96	4,17	20,98	133,25
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,13р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>61,87р.</b>	<b>43,01</b>	<b>34,35</b>	<b>189,40</b>	<b>1238,92</b>

**Обед 5 день (Общий 7-11) ( 291,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	9,76р.	1,64	10,17	9,60	136,48
Суп с курицей и макаронными изделиями	250	9,75р.	5,14	7,85	4,84	111,65
Компот из свежих яблок (ш. Восточное)	200	1,41р.	0,24	0,24	25,48	105,04
Печень по-строгановски	100	25,33р.	16,42	11,03	7,97	196,89
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,14р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Каша гречневая рассыпчатая	180	9,51р.	10,49	7,09	47,44	295,52
<b>Итого:</b>		<b>60,04р.</b>	<b>45,18</b>	<b>38,04</b>	<b>173,26</b>	<b>1217,32</b>

**Обед 5 день (Льготный 12-18) ( 291,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Печень по-строгановски	100	27,78р.	16,42	11,03	7,97	196,89
Каша гречневая рассыпчатая	180	9,53р.	10,49	7,09	47,44	295,52
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	9,76р.	1,64	10,17	9,60	136,48
Компот из свежих яблок (ш. Восточное)	200	1,41р.	0,24	0,24	25,48	105,04
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	10,11р.	2,96	4,17	20,98	133,25
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,13р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>62,84р.</b>	<b>43,01</b>	<b>34,35</b>	<b>189,40</b>	<b>1238,92</b>

**Полдник 5 день (ОВЗ 7-11) ( 117,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Ватрушка с сыром	100	19,25р.	11,48	12,97	35,24	302,86
Напиток из шиповника	200	11,61р.	0,68	0,28	29,39	122,78
<b>Итого:</b>		<b>30,86р.</b>	<b>12,16</b>	<b>13,25</b>	<b>64,62</b>	<b>425,64</b>

**Полдник 5 день (ОВЗ 12-18) ( 120,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Ватрушка с сыром	100	19,30р.	11,48	12,97	35,24	302,86
Напиток из шиповника	200	11,61р.	0,68	0,28	29,39	122,78
<b>Итого:</b>		<b>30,91р.</b>	<b>12,16</b>	<b>13,25</b>	<b>64,62</b>	<b>425,64</b>

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

Зав столовой \_\_\_\_\_