

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 10 октября 2023 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 8 день (Льготный 7-11) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога (ш. Восточное)	230	0,00р.	29,76	14,45	42,40	404,74
Джем (порции)	20	0,00р.	0,02	0,02	4,70	19,06
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,26	0,06	14,95	61,36
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00р.	1,68	0,33	14,82	68,97
Итого:		0,00р.	35,67	15,35	101,01	671,03

Завтрак 8 день (Общий 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога (ш. Восточное)	230	0,00р.	29,76	14,45	42,40	404,74
Джем (порции)	40	0,00р.	0,04	0,04	9,40	38,12
Чай с сахаром и лимоном	200	0,00р.	0,24	0,06	19,31	78,67
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
Итого:		0,00р.	36,36	15,34	109,74	708,56

Завтрак 8 день (Льготный 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога (ш. Восточное)	230	0,00р.	29,76	14,45	42,40	404,74
Джем (порции)	40	0,00р.	0,04	0,04	9,40	38,12
Чай с сахаром и лимоном	200	0,00р.	0,24	0,06	19,31	78,67
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
Итого:		0,00р.	36,36	15,34	109,74	708,56

Завтрак 8 день (ОВЗ 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога (ш. Восточное)	230	0,00р.	29,76	14,45	42,40	404,74
Джем (порции)	40	0,00р.	0,04	0,04	9,40	38,12
Чай с сахаром и лимоном	200	0,00р.	0,24	0,06	19,31	78,67
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
Итого:		0,00р.	36,36	15,34	109,74	708,56

Обед 8 день (Льготный 7-11) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	0,00р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" (ш. Восточное)	200	0,00р.	2,50	9,95	12,78	150,65
Гуляш из говядины (ш. Восточное)	80	0,00р.	19,53	19,12	4,00	266,32
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	0,00р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Хлеб ржаной (ш.Восточное)	20	0,00р.	1,02	0,24	7,98	39,40
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	0,00р.	3,29	5,06	17,01	127,23
Итого:		0,00р.	31,60	45,28	97,71	926,67

Обед 8 день (Общий 12-18) (130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	0,00р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" (ш. Восточное)	250	0,00р.	3,12	12,44	15,97	188,31
Гуляш из говядины	100	0,00р.	21,17	21,77	8,36	314,39
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	0,00р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Хлеб ржаной (ш.Восточное)	60	0,00р.	3,06	0,72	23,94	118,20
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	0,00р.	3,29	5,06	17,01	127,23
Итого:		0,00р.	35,12	50,80	116,39	1067,83

Обед 8 день (Льготный 12-18) (130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	0,00р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" (ш. Восточное)	250	0,00р.	3,12	12,44	15,97	188,31
Гуляш из говядины	100	0,00р.	21,17	21,77	8,36	314,39
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	0,00р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Хлеб ржаной (ш.Восточное)	60	0,00р.	3,06	0,72	23,94	118,20
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	30	0,00р.	2,37	0,30	14,49	70,14
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	0,00р.	3,29	5,06	17,01	127,23
Итого:		0,00р.	35,12	50,80	116,39	1067,83

Полдник 8 день (ОВЗ 7-11) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом, джемом	60	0,00р.	4,27	6,52	43,57	249,86
Кисель из ягод с/м	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,41
Яблоки свежие (ш. Восточное)	100	0,00р.	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого:		0,00р.	4,87	7,02	74,56	380,67

Полдник 8 день (ОВЗ 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пирожок печеный с повидлом (ш. Восточное)	60	0,00р.	4,68	5,89	37,67	222,24
Кисель из ягод с/м	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,41
Яблоки свежие (ш. Восточное)	120	0,00р.	0,48	0,48	11,76	53,28
Итого:		0,00р.	5,35	6,47	70,62	361,93

БУФЕТНАЯ ПРОДУКЦИЯ

Напитки	Порция	Цена	
Кофейный напиток с молоком	200	8,01 Р	
Кофейный напиток с молоком	200	8,01 Р	
Кофейный напиток с молоком	200	8,01 Р	
Каша	Порция	Цена	
Каша ячневая молочная вязкая	250	13,35 Р	

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____