

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" _____ "

Меню на 11 марта 2024 г.

МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеничной крупы	230	11,34р.	5,40	7,71	28,25	203,98
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
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	11,27р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		33,66р.	24,26	24,87	132,62	849,20

Завтрак 7 день (Общий 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеничной крупы	240	13,56р.	5,64	8,04	29,48	212,85
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
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	11,27р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		44,03р.	22,99	27,65	109,70	777,57

Завтрак 7 день (Льготный 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеничной крупы	240	13,56р.	5,64	8,04	29,48	212,85
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
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	11,27р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		44,03р.	22,99	27,65	109,70	777,57

Завтрак 7 день (ОВЗ 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеничной крупы	240	13,56р.	5,64	8,04	29,48	212,85
Сыр (ш.Восточное)	20	13,46р.	4,88	5,90	0,00	72,80
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	11,27р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:		44,03р.	22,94	20,40	109,62	711,80

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бефстроганов из отварной говядины	100	48,92р.	15,09	11,27	3,37	176,32
Макароны отварные	150	2,13р.	5,10	7,50	28,52	201,49
Компот из свежих фруктов	200	5,97р.	0,16	0,16	27,57	112,34
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
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	100	3,06р.	1,70	4,99	8,46	85,74
Борщ с фасолью и картофелем	250	9,34р.	3,57	5,11	14,17	117,49
Итого:		73,73р.	36,87	30,70	160,03	1065,13

Обед 7 день (Льготный 12-18) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бефстроганов из отварной говядины	100	48,92р.	15,09	11,27	3,37	176,32
Макароны отварные	150	2,57р.	5,10	7,50	28,52	201,49
Компот из свежих фруктов	200	8,13р.	0,16	0,16	27,57	112,34
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
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	100	11,55р.	1,70	4,99	8,46	85,74
Борщ с фасолью и картофелем	250	11,54р.	3,57	5,11	14,17	117,49
Итого:		87,02р.	36,87	30,70	160,03	1065,13

Полдник 7 день (ОВЗ 7-11) (117,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка домашняя (ш. Восточное)	100	10,62р.	9,43	13,51	62,53	409,01
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	1,72р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Итого:		12,34р.	9,73	13,58	77,29	469,92

Полдник 7 день (ОВЗ 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка домашняя (ш. Восточное)	100	15,29р.	9,43	13,51	62,53	409,01
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	1,72р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Итого:		17,01р.	9,73	13,58	77,29	469,92

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____