

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
Раковец Т. В.

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

Меню на 11 декабря 2023 г.  
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

**Завтрак 7 день (Льготный 7-11) ( 110,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеничной крупы	230	10,00р.	5,40	7,71	28,25	203,98
Сыр полутвердых сортов (порции)	10	6,30р.	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	7,15р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	11,28р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>38,93р.</b>	<b>24,26</b>	<b>24,87</b>	<b>132,62</b>	<b>849,20</b>

**Завтрак 7 день (Общий 12-18) ( 120,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеничной крупы	240	17,14р.	5,64	8,04	29,48	212,85
Сыр полутвердых сортов (порции)	20	12,60р.	4,88	5,90	0,00	72,80
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	13,17	1,67	80,50	389,67
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	7,15р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	13,36р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>55,87р.</b>	<b>32,21</b>	<b>28,82</b>	<b>166,05</b>	<b>1050,33</b>

**Завтрак 7 день (Льготный 12-18) ( 120,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Дружба" молочная из риса и пшеничной крупы	240	17,13р.	5,64	8,04	29,48	212,85
Сыр полутвердых сортов (порции)	20	12,60р.	4,88	5,90	0,00	72,80
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	13,17	1,67	80,50	389,67
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	7,15р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	13,36р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
<b>Итого:</b>		<b>55,86р.</b>	<b>32,21</b>	<b>28,82</b>	<b>166,05</b>	<b>1050,33</b>

**Обед 7 день (Льготный 7-11) ( 217,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бефстроганов из отварной говядины	75	60,75р.	12,02	16,52	4,16	210,13
Макароны отварные	150	5,72р.	5,10	7,50	28,52	201,49
Компот из свежих фруктов	200	12,52р.	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	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	100	21,72р.	1,70	4,99	8,46	85,74
Борщ с фасолью и картофелем	250	6,71р.	3,57	5,11	14,17	117,49
Соус сметанный	30	4,86р.	0,39	1,88	1,65	24,90
<b>Итого:</b>		<b>116,48р.</b>	<b>34,19</b>	<b>37,83</b>	<b>162,46</b>	<b>1123,84</b>

**Обед 7 день (Общий 7-11) ( 217,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бефстроганов из отварной говядины	75	60,76р.	12,02	16,52	4,16	210,13
Макароны отварные	150	5,72р.	5,10	7,50	28,52	201,49
Соус сметанный	30	4,86р.	0,39	1,88	1,65	24,90
Компот из свежих фруктов	200	11,70р.	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	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	100	21,71р.	1,70	4,99	8,46	85,74
Борщ с фасолью и картофелем	200	7,03р.	2,86	4,09	11,34	94,00
<b>Итого:</b>		<b>115,98р.</b>	<b>33,48</b>	<b>36,80</b>	<b>159,63</b>	<b>1100,34</b>

**Полдник 7 день (ОВЗ 7-11) ( 83,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка домашняя (ш. Восточное)	100	15,03р.	9,43	13,51	62,53	409,01
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	1,35р.	0,30	0,08	14,76	60,91
<b>Итого:</b>		<b>16,38р.</b>	<b>9,73</b>	<b>13,58</b>	<b>77,29</b>	<b>469,92</b>

**Полдник 7 день (ОВЗ 12-18) ( 83,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка домашняя (ш. Восточное)	100	15,03р.	9,43	13,51	62,53	409,01
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	1,35р.	0,30	0,08	14,76	60,91
<b>Итого:</b>		<b>16,38р.</b>	<b>9,73</b>	<b>13,58</b>	<b>77,29</b>	<b>469,92</b>

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

Зав столовой \_\_\_\_\_