

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 12 февраля 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	13,06р.	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	7,12р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Какао с молоком (ш. Восточное)	200	10,27р.	5,12	5,30	26,35	171,31
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		41,51р.	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	13,57р.	5,64	8,04	29,48	212,85
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
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	7,12р.	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:		51,16р.	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	13,49р.	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	7,12р.	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:		51,07р.	22,99	27,65	109,70	777,57

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бефстроганов из отварной говядины	100	48,93р.	15,09	11,27	3,37	176,32
Макароны отварные	150	4,74р.	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	11,01р.	1,70	4,99	8,46	85,74
Борщ с фасолью и картофелем	250	6,72р.	3,57	5,11	14,17	117,49
Итого:		83,85р.	36,87	30,70	160,03	1065,13

Обед 7 день (Общий 7-11) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бефстроганов из отварной говядины	100	49,02р.	15,09	11,27	3,37	176,32
Макароны отварные	150	4,79р.	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	11,61р.	3,57	5,11	14,17	117,49
Итого:		89,42р.	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	48,94р.	15,09	11,27	3,37	176,32
Макароны отварные	150	4,75р.	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	10,58р.	3,57	5,11	14,17	117,49
Итого:		88,27р.	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	18,51р.	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:		20,23р.	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	18,51р.	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:		20,23р.	9,73	13,58	77,29	469,92

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____