

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
Раковец Т. В.

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

Меню на 12 октября 2023 г.

МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское

**КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА**

**Завтрак 10 день (Льготный 7-11) ( 102,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска отварная	60	0,00р.	4,39	5,80	0,27	137,81
Картофель в молоке	150	0,00р.	4,83	6,70	29,16	196,25
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Кофейный напиток с молоком (ш. Восточное)	200	0,00р.	2,69	2,98	15,73	100,42
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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>22,34</b>	<b>20,41</b>	<b>84,43</b>	<b>676,97</b>

**Завтрак 10 день (Общий 12-18) ( 102,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска отварная	80	0,00р.	5,37	7,08	0,40	156,60
Картофель в молоке	180	0,00р.	5,80	8,04	35,00	235,50
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Кофейный напиток с молоком	200	0,00р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>26,57</b>	<b>24,28</b>	<b>90,70</b>	<b>770,04</b>

**Завтрак 10 день (Льготный 12-18) ( 102,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска отварная	80	0,00р.	5,37	7,08	0,40	156,60
Картофель в молоке	180	0,00р.	5,80	8,04	35,00	235,50
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Кофейный напиток с молоком	200	0,00р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>26,57</b>	<b>24,28</b>	<b>90,70</b>	<b>770,04</b>

**Завтрак 10 день (ОВЗ 12-18) ( 102,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска отварная	80	0,00р.	5,37	7,08	0,40	156,60
Картофель в молоке	180	0,00р.	5,80	8,04	35,00	235,50
Яйцо отварное	40	0,00р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Кофейный напиток с молоком	200	0,00р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>26,57</b>	<b>24,28</b>	<b>90,70</b>	<b>770,04</b>

**Обед 10 день (Льготный 7-11) ( 120,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из моркови с яблоками и курагой	100	0,00р.	2,10	4,30	29,73	166,02
Рассольник "Ленинградский"	250	0,00р.	1,49	4,07	10,71	88,66
Голубцы ленивые	130	0,00р.	10,34	12,69	8,79	190,71
Каша гречневая рассыпчатая	150	0,00р.	12,08	14,02	54,54	392,66
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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>30,88</b>	<b>36,00</b>	<b>155,43</b>	<b>1073,64</b>

**Обед 10 день (Общий 12-18) ( 130,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из моркови с яблоками и курагой	100	0,00р.	2,10	4,30	29,73	166,02
Рассольник "Ленинградский"	250	0,00р.	1,49	4,07	10,71	88,66
Голубцы ленивые	150	0,00р.	11,94	14,64	10,14	220,05
Каша гречневая рассыпчатая	180	0,00р.	14,50	16,82	65,44	471,19
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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>36,13</b>	<b>41,14</b>	<b>178,82</b>	<b>1236,94</b>

**Обед 10 день (Льготный 12-18) ( 130,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из моркови с яблоками и курагой	100	0,00р.	2,10	4,30	29,73	166,02
Рассольник "Ленинградский"	250	0,00р.	1,49	4,07	10,71	88,66
Голубцы ленивые	150	0,00р.	11,94	14,64	10,14	220,05
Каша гречневая рассыпчатая	180	0,00р.	14,50	16,82	65,44	471,19
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
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>36,13</b>	<b>41,14</b>	<b>178,82</b>	<b>1236,94</b>

**Полдник 10 день (ОВЗ 7-11) ( 70,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,26	0,06	14,95	61,36
Сосиска в тесте (ш. Восточное)	150	0,00р.	27,90	25,16	79,67	737,81
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>28,17</b>	<b>25,21</b>	<b>94,62</b>	<b>799,17</b>

**Полдник 10 день (ОВЗ 12-18) ( 130,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска в тесте (ш. Восточное)	150	0,00р.	27,90	25,16	79,67	737,81
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,26	0,06	14,95	61,36
<b>Итого:</b>		<b>0,00р.</b>	<b>28,17</b>	<b>25,21</b>	<b>94,62</b>	<b>799,17</b>

## БУФЕТНАЯ ПРОДУКЦИЯ

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

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

Зав столовой \_\_\_\_\_