

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 13 февраля 2024 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 8 день (Льготный 7-11) (157,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога запеченный	180	53,30р.	30,96	15,88	45,97	429,07
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Джем (порции)	20	3,60р.	0,02	0,02	4,70	19,06
Чай с сахаром и лимоном	200	3,32р.	0,24	0,06	19,31	78,67
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Яблоки (целые)	100	16,21р.	0,27	0,27	6,53	29,60
Итого:		80,75р.	42,75	17,88	154,45	928,13

Завтрак 8 день (Общий 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога запеченный	200	60,25р.	34,40	17,64	51,08	476,74
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Яблоки (нарезка)	100	16,21р.	0,40	0,40	9,80	47,00
Джем (порции)	20	3,60р.	0,02	0,02	4,70	19,06
Чай с лимоном и сахаром	200	3,33р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		89,13р.	42,66	19,22	129,25	839,60

Завтрак 8 день (Льготный 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога запеченный	200	60,22р.	34,40	17,64	51,08	476,74
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Яблоки (нарезка)	100	16,21р.	0,40	0,40	9,80	47,00
Джем (порции)	20	3,60р.	0,02	0,02	4,70	19,06
Чай с лимоном и сахаром	200	3,32р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		89,09р.	42,66	19,22	129,25	839,60

Обед 8 день (Льготный 7-11) (258,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Суп "Крестьянский" с крупой	250	7,85р.	2,03	5,92	10,23	101,10
Гуляш из говядины	100	54,47р.	21,17	21,77	8,36	314,39
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	17,87р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	37,40р.	17,29	26,60	89,51	669,66
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
Итого:		130,61р.	53,86	66,47	222,66	1706,44

Обед 8 день (Общий 7-11) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	12,24р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" (ш. Восточное)	250	7,86р.	3,12	12,44	15,97	188,31
Гуляш из говядины	100	61,84р.	21,17	21,77	8,36	314,39
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	44,30р.	17,29	26,60	89,51	669,66
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
Итого:		139,26р.	54,95	72,99	228,40	1793,65

Обед 8 день (Льготный 12-18) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Суп "Крестьянский" с крупой	250	7,85р.	2,03	5,92	10,23	101,10
Гуляш из говядины	100	60,86р.	21,17	21,77	8,36	314,39
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	17,87р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	44,30р.	17,29	26,60	89,51	669,66
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
Итого:		143,90р.	53,86	66,47	222,66	1706,44

Полдник 8 день (ОВЗ 7-11) (117,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом, джемом	100	18,89р.	5,49	4,99	59,22	305,09
Кисель из сока плодового или ягодного	200	4,51р.	0,31	0,02	38,40	129,47
Итого:		23,40р.	5,80	5,01	97,62	434,56

Полдник 8 день (ОВЗ 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом, джемом	100	18,89р.	5,49	4,99	59,22	305,09
Кисель из сока плодового или ягодного	200	4,51р.	0,31	0,02	38,40	129,47
Итого:		23,40р.	5,80	5,01	97,62	434,56

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____