

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 15 февраля 2024 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 10 день (Льготный 7-11) (157,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Макароны отварные с сыром	190	23,60р.	12,86	15,13	32,42	317,63
Яйцо отварное	40	10,73р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Кофейный напиток с молоком	200	9,83р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Итого:		48,48р.	33,21	25,15	127,02	880,27

Завтрак 10 день (Общий 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Макароны отварные с сыром	200	23,75р.	12,86	11,48	47,98	347,32
Яйцо отварное	40	10,73р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Кофейный напиток с молоком	200	10,29р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Итого:		50,51р.	29,26	20,99	118,43	793,06

Завтрак 10 день (Льготный 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Макароны отварные с сыром	200	23,75р.	12,86	11,48	47,98	347,32
Яйцо отварное	40	10,73р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Кофейный напиток с молоком	200	10,29р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		50,51р.	29,26	20,99	118,43	793,06

Обед 10 день (Льготный 7-11) (258,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Полынский"	100	12,31р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Голубцы ленивые	130	56,71р.	8,99	11,03	7,65	165,84
Рассольник "Ленинградский"	250	22,32р.	2,32	5,39	16,97	125,62
Каша гречневая рассыпчатая	150	9,26р.	12,08	14,02	54,54	392,66
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
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:		113,62р.	36,23	42,51	185,44	1270,77

Обед 10 день (Общий 7-11) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рассольник "Ленинградский"	250	21,73р.	2,32	5,39	16,97	125,62
Голубцы ленивые	150	63,32р.	10,38	12,73	8,82	191,35
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,90р.	14,50	16,82	65,44	471,19
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Салат "Польнский"	100	19,20р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Соус сметанный	30	0,00р.	0,39	1,88	1,65	24,90
Итого:		128,17р.	40,42	48,89	199,18	1399,72

Обед 10 день (Льготный 12-18) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Польнский"	100	15,66р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Рассольник "Ленинградский"	250	23,43р.	2,32	5,39	16,97	125,62
Голубцы ленивые	130	64,21р.	8,99	11,03	7,65	165,84
Каша гречневая рассыпчатая	150	10,90р.	12,08	14,02	54,54	392,66
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
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:		127,22р.	36,23	42,51	185,44	1270,77

Полдник 10 день (ОВЗ 7-11) (117,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Чай с лимоном и сахаром	200	3,31р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Булочка с изюмом	100	15,33р.	9,37	10,34	52,21	336,63
Итого:		18,64р.	9,90	10,34	62,09	378,59

Полдник 10 день (ОВЗ 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка с изюмом	100	15,32р.	9,37	10,34	52,21	336,63
Чай с лимоном и сахаром	200	3,30р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Итого:		18,62р.	9,90	10,34	62,09	378,59

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____