

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 20 ноября 2023 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 1 день (Льготный 7-11) (80,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сыр (ш.Восточное)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,00р.	0,25	0,06	19,79	80,63
Хлеб пшеничный	60	0,00р.	4,74	0,60	28,98	140,28
Каша молочная "Геркулес" (ш. Восточное)	230	0,00р.	8,00	10,62	33,12	259,99
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00р.	1,68	0,33	14,82	68,97
Итого:		0,00р.	17,15	21,80	96,79	652,04

Завтрак 1 день (Общий 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сыр (ш.Восточное)	30	0,00р.	7,32	8,85	0,00	109,20
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	0,00р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
Каша молочная "Геркулес" (ш. Восточное)	200	0,00р.	6,96	9,23	28,80	226,07
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00р.	1,68	0,33	14,82	68,97
Итого:		0,00р.	22,63	26,54	97,10	717,97

Завтрак 1 день (Льготный 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сыр (ш.Восточное)	30	0,00р.	7,32	8,85	0,00	109,20
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	0,00р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
Каша молочная "Геркулес" (ш. Восточное)	200	0,00р.	6,96	9,23	28,80	226,07
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00р.	1,68	0,33	14,82	68,97
Итого:		0,00р.	22,63	26,54	97,10	717,97

Завтрак 1 день (ОВЗ 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сыр (ш.Восточное)	30	0,00р.	7,32	8,85	0,00	109,20
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	0,00р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	80	0,00р.	6,32	0,80	38,64	187,04
Каша молочная "Геркулес" (ш. Восточное)	200	0,00р.	6,96	9,23	28,80	226,07
Хлеб ржано-пшеничный	30	0,00р.	1,68	0,33	14,82	68,97
Итого:		0,00р.	22,63	26,54	97,10	717,97

Обед 1 день (Льготный 7-11) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Борщ с капустой и картофелем (ш. Восточное)	250	0,00р.	2,45	4,80	14,68	111,53
Рыба запеченная с картофелем	160	0,00р.	6,13	3,61	16,24	98,32
Картофель отварной (ш. Восточное)	150	0,00р.	3,99	5,69	32,33	196,46
Кисель из ягод свежих	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,41
Хлеб ржаной (ш.Восточное)	40	0,00р.	2,04	0,48	15,96	78,80
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	100	0,00р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Салат из кабачковой икры и сушеной зелени	100/5	0,00р.	2,86	9,11	9,72	133,11
Итого:		0,00р.	25,58	24,78	158,43	938,44

Обед 1 день (Общий 12-18) (130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Борщ с капустой и картофелем (ш. Восточное)	250	0,00р.	2,45	4,80	14,68	111,53
Рыба запеченная с картофелем	170	0,00р.	6,51	3,84	17,26	104,47
Картофель отварной (ш. Восточное)	180	0,00р.	4,79	6,82	38,79	235,75
Кисель из ягод с/м	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,41
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
Салат из кабачковой икры и сушеной зелени	100/5	0,00р.	2,86	9,11	9,72	133,11
Итого:		0,00р.	22,25	25,68	140,08	859,61

Обед 1 день (Льготный 12-18) (130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Борщ с капустой и картофелем (ш. Восточное)	250	0,00р.	2,45	4,80	14,68	111,53
Рыба запеченная с картофелем	170	0,00р.	6,51	3,84	17,26	104,47
Картофель отварной (ш. Восточное)	180	0,00р.	4,79	6,82	38,79	235,75
Кисель из ягод с/м	200	0,00р.	0,20	0,10	21,19	86,41
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
Салат из кабачковой икры и сушеной зелени	100/5	0,00р.	2,86	9,11	9,72	133,11
Итого:		0,00р.	22,25	25,68	140,08	859,61

Полдник 1 день (ОВЗ 7-11) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Кисломолочный продукт (снежок)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,40	101,40
Чай с сахаром (ш. Восточное)	200	0,00р.	0,30	0,08	14,76	60,91
Итого:		0,00р.	6,10	5,08	23,16	162,31

Полдник 1 день (ОВЗ 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска в тесте (ш. Восточное)	100	0,00р.	18,60	16,77	53,12	491,87
Кисломолочный продукт (снежок)	200	0,00р.	5,80	5,00	8,40	101,40
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00р.	0,26	0,06	14,95	61,36
Итого:		0,00р.	24,66	21,83	76,47	654,64

БУФЕТНАЯ ПРОДУКЦИЯ

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

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____