

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

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

Завтрак 3 день (Льготный 7-11) (110,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Пудинг из творога (ш. Восточное)	180	69,01р.	23,29	11,31	33,18	316,75
Молоко сгущеное (порции)	20	5,40р.	1,44	1,70	11,10	65,46
Яблоки свежие (ш. Восточное)	100	23,51р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с джемом	200	5,96р.	0,50	0,10	3,94	18,61
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		108,08р.	36,49	14,77	126,16	772,56

Завтрак 3 день (Общий 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога запеченный	210	75,38р.	36,10	11,11	53,24	461,77
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	13,17	1,67	80,50	389,67
Молоко сгущеное (порции)	20	5,40р.	1,44	1,70	11,10	65,46
Яблоки свежие (ш. Восточное)	100	23,50р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с джемом	200	6,16р.	0,50	0,10	3,94	18,61
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		116,05р.	54,57	15,24	178,42	1073,44

Завтрак 3 день (Льготный 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога запеченный	210	76,67р.	36,10	11,11	53,24	461,77
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	13,17	1,67	80,50	389,67
Молоко сгущеное (порции)	20	5,40р.	1,44	1,70	11,10	65,46
Яблоки свежие (ш. Восточное)	100	23,43р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с джемом	200	5,96р.	0,50	0,10	3,94	18,61
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		117,08р.	54,57	15,24	178,42	1073,44

Обед 3 день (Льготный 7-11) (217,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат зелёный из свежих огурцов	100	29,94р.	1,00	5,92	2,35	66,60
Шницель мясной (п/ф) запеченный	100	37,85р.	19,84	43,40	12,40	565,44
Суп гороховый (ш. Восточное)	200	12,77р.	5,17	1,96	14,55	96,71
Картофельное пюре (ш. Восточное)	150	9,76р.	4,14	6,41	28,83	189,62
Компот из свежих яблок (ш. Восточное)	200	9,18р.	0,24	0,24	25,48	105,04
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		103,69р.	41,66	59,59	161,56	1395,15

Обед 3 день (Общий 7-11) (217,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Шницель мясной (п/ф) запеченный	100	38,36р.	19,84	43,40	12,40	565,44
Картофельное пюре	150	6,67р.	2,44	4,20	16,52	113,97
Салат зелёный из свежих огурцов	100	29,94р.	1,00	5,92	2,35	66,60
Суп гороховый (ш. Восточное)	200	10,21р.	5,17	1,96	14,55	96,71
Компот из свежих яблок (ш. Восточное)	200	9,36р.	0,24	0,24	25,48	105,04
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		98,75р.	39,95	57,38	149,24	1319,50

Полдник 3 день (ОВЗ 7-11) (83,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка "Российская"	100	14,68р.	7,61	7,86	60,75	343,91
Компот из ягод свежих	200	7,30р.	0,20	0,10	25,40	104,33
Итого:		21,98р.	7,81	7,96	86,15	448,24

Полдник 3 день (ОВЗ 12-18) (83,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка "Российская"	100	14,77р.	7,61	7,86	60,75	343,91
Компот из ягод свежих	200	7,30р.	0,20	0,10	25,40	104,33
Итого:		22,07р.	7,81	7,96	86,15	448,24

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____