

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 27 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	52,81р.	30,96	15,88	45,97	429,07
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 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
Яблоки (целые)	100	16,21р.	0,27	0,27	6,53	29,60
Итого:		80,26р.	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	60,19р.	34,40	17,64	51,08	476,74
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
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Яблоки (целые)	100	16,21р.	0,27	0,27	6,53	29,60
Итого:		89,07р.	42,53	19,09	125,98	822,20

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога запеченный	200	60,18р.	34,40	17,64	51,08	476,74
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
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
Итого:		89,06р.	42,66	19,22	129,25	839,60

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	17,44р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" с крупой	250	7,78р.	2,03	5,92	10,23	101,10
Гуляш из говядины	100	52,28р.	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	40,42р.	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:		130,94р.	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	17,44р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" (ш. Восточное)	250	7,78р.	3,12	12,44	15,97	188,31
Гуляш из говядины	100	60,21р.	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	46,38р.	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:		144,84р.	54,95	72,99	228,40	1793,65

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	17,45р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" с крупой	250	7,78р.	2,03	5,92	10,23	101,10
Гуляш из говядины	100	58,71р.	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	47,71р.	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:		144,67р.	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	18,88р.	5,49	4,99	59,22	305,09
Кисель из сока плодового или ягодного	200	6,01р.	0,31	0,02	38,40	129,47
Итого:		24,89р.	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	18,88р.	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:		23,39р.	5,80	5,01	97,62	434,56

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____