

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 28 ноября 2023 г.

МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 8 день (Льготный 7-11) (83,74 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
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
Пудинг из творога (ш. Восточное)	230	45,61р.	29,76	14,45	42,40	404,74
Джем (порции)	40	3,60р.	0,04	0,04	9,40	38,12
Чай с сахаром и лимоном	200	4,57р.	0,24	0,06	19,31	78,67
Итого:		57,98р.	41,30	16,20	149,04	893,26

Завтрак 8 день (Общий 12-18) (91,23 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога (ш. Восточное)	230	50,32р.	29,76	14,45	42,40	404,74
Джем (порции)	20	3,60р.	0,02	0,02	4,70	19,06
Чай с лимоном и сахаром	200	4,44р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		63,98р.	37,62	15,63	110,76	720,59

Завтрак 8 день (Льготный 12-18) (91,23 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пудинг из творога (ш. Восточное)	230	47,99р.	29,76	14,45	42,40	404,74
Джем (порции)	20	3,60р.	0,02	0,02	4,70	19,06
Чай с лимоном и сахаром	200	4,58р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	50	3,55р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,07р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		61,79р.	37,62	15,63	110,76	720,59

Обед 8 день (Льготный 7-11) (180,43 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
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
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	12,60р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" (ш. Восточное)	200	7,44р.	2,50	9,95	12,78	150,65
Гуляш из говядины (ш. Восточное)	80	65,03р.	19,53	19,12	4,00	266,32
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	9,60р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	37,31р.	17,29	26,60	89,51	669,66
Итого:		136,18р.	52,69	67,84	220,85	1707,92

Обед 8 день (Общий 7-11) (180,43 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
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
Салат "Витаминный" (ш. Восточное)	100	18,82р.	1,43	10,23	12,26	146,88
Суп "Крестьянский" (ш. Восточное)	250	7,44р.	3,12	12,44	15,97	188,31
Гуляш из говядины	100	64,74р.	21,17	21,77	8,36	314,39
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	9,59р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Овощи припущенные с маслом (к гарниру)	190	37,31р.	17,29	26,60	89,51	669,66
Итого:		142,11р.	54,95	72,99	228,40	1793,65

Полдник 8 день (Общий 7-11) (66,27 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом, джемом	85	21,81р.	6,05	9,24	61,72	353,97
Яблоки (нарезка)	150	28,10р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Кисель из ягод с/м	200	2,43р.	0,20	0,10	18,64	76,20
Итого:		52,34р.	6,85	9,93	95,06	500,67

Полдник 8 день (ОВЗ 7-11) (66,27 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом, джемом	85	34,19р.	6,05	9,24	61,72	353,97
Яблоки (нарезка)	150	28,03р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Кисель из ягод с/м	200	2,72р.	0,20	0,10	18,64	76,20
Итого:		64,93р.	6,85	9,93	95,06	500,67

Полдник 8 день (ОВЗ 12-18) (66,27 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пирожок печеный из сдобного теста с повидлом, джемом	85	21,85р.	6,05	9,24	61,72	353,97
Яблоки (нарезка)	150	28,04р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Кисель из ягод с/м	200	3,23р.	0,20	0,10	18,64	76,20
Итого:		53,12р.	6,85	9,93	95,06	500,67

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 _____