

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 29 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
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
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
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:		48,94р.	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	23,76р.	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:		50,52р.	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
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

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Полынский"	100	14,55р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Голубцы ленивые	130	44,58р.	8,99	11,03	7,65	165,84
Рассольник "Ленинградский"	250	19,34р.	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:		100,76р.	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	19,48р.	2,32	5,39	16,97	125,62
Голубцы ленивые	150	47,60р.	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 "Полынский"	100	18,23р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Соус сметанный	30	3,74р.	0,39	1,88	1,65	24,90
Итого:		112,98р.	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 "Полынский"	100	14,92р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Голубцы ленивые	150	50,71р.	10,38	12,73	8,82	191,35
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,90р.	10,49	7,09	47,44	295,52
Рассольник "Ленинградский"	250	19,37р.	2,32	5,39	16,97	125,62
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:		108,92р.	36,02	37,27	179,52	1199,15

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 _____