

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 29 ноября 2023 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 9 день (Льготный 7-11) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Каша манная молочная вязкая	250	0,00р.	7,60	6,24	48,12	278,70
Батон нарезной обогащенный	30	0,00р.	2,25	0,87	15,42	78,60
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	0,00р.	5,80	5,00	22,00	156,20
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		0,00р.	15,70	19,36	85,62	579,27

Завтрак 9 день (Общий 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Каша манная молочная вязкая	200	0,00р.	4,02	3,91	53,52	244,05
Батон нарезной обогащенный	30	0,00р.	2,25	0,87	15,42	78,60
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	0,00р.	5,80	5,00	22,00	156,20
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		0,00р.	12,12	17,03	91,02	544,62

Завтрак 9 день (Льготный 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Каша манная молочная вязкая	200	0,00р.	4,02	3,91	53,52	244,05
Батон нарезной обогащенный	30	0,00р.	2,25	0,87	15,42	78,60
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	0,00р.	5,80	5,00	22,00	156,20
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		0,00р.	12,12	17,03	91,02	544,62

Завтрак 9 день (ОВЗ 12-18) (102,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Масло сливочное (ш. Восточное)	10	0,00р.	0,05	7,25	0,08	65,77
Каша манная молочная вязкая	200	0,00р.	4,02	3,91	53,52	244,05
Батон нарезной обогащенный	30	0,00р.	2,25	0,87	15,42	78,60
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% - 3,5% м.д.ж. фруктовый в индив. упаковке)	200	0,00р.	5,80	5,00	22,00	156,20
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,20	0,10	9,30	39,15
Итого:		0,00р.	12,32	17,13	100,32	583,77

Обед 9 день (Льготный 7-11) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с сыром	100	0,00р.	5,40	7,10	7,41	109,08
Суп картофельный с рыбными консервами (ш.Восточное)	200	0,00р.	4,76	5,03	5,71	87,18
Жаркое по-домашнему (ш.Восточное)	190	0,00р.	27,30	25,51	23,68	433,64
Компот из ягод свежих	200	0,00р.	0,37	0,19	18,32	76,45
Хлеб пшеничный (ш.Восточное)	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Хлеб ржаной (ш.Восточное)	20	0,00р.	1,02	0,24	7,98	39,40
Итого:		0,00р.	42,01	38,46	82,43	839,26

Обед 9 день (Общий 12-18) (130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с сыром	100	0,00р.	5,40	7,10	7,41	109,08
Суп картофельный с рыбными консервами (ш.Восточное)	240	0,00р.	5,71	6,04	6,86	104,62
Жаркое по-домашнему (ш.Восточное)	210	0,00р.	30,18	28,19	26,18	479,29
Компот из ягод свежих	200	0,00р.	0,37	0,19	18,32	76,45
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
Итого:		0,00р.	47,08	42,54	97,19	957,77

Обед 9 день (Льготный 12-18) (130,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с сыром	100	0,00р.	5,40	7,10	7,41	109,08
Суп картофельный с рыбными консервами (ш.Восточное)	240	0,00р.	5,71	6,04	6,86	104,62
Жаркое по-домашнему (ш.Восточное)	210	0,00р.	30,18	28,19	26,18	479,29
Компот из ягод свежих	200	0,00р.	0,37	0,19	18,32	76,45
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
Итого:		0,00р.	47,08	42,54	97,19	957,77

Полдник 9 день (ОВЗ 7-11) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Яблоки свежие (ш. Восточное)	120	0,00р.	0,48	0,48	11,76	53,28
Ватрушка с сыром	120	0,00р.	13,78	15,56	42,29	363,43
Кисель из апельсина	200	0,00р.	0,41	0,10	33,59	138,37
Итого:		0,00р.	14,67	16,14	87,63	555,08

Полдник 9 день (ОВЗ 12-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Яблоки свежие (ш. Восточное)	120	0,00р.	0,48	0,48	11,76	53,28
Ватрушка с сыром	120	0,00р.	13,78	15,56	42,29	363,43
Кисель из апельсина	200	0,00р.	0,41	0,10	33,59	138,37
Итого:		0,00р.	14,67	16,14	87,63	555,08

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 _____