

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Кирилкина О. С.
" _____ "

Меню на 18 апреля 2024 г.

МБОУ СОШ с. Тополево

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 5 день (Льготный 7-11) (105,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сырники из творога (п/ф)	200	0,00р.	17,79	9,72	34,02	293,47
Джем (порции)	50	0,00р.	0,05	0,05	11,75	47,65
Сыр полутвердых сортов (порции)	15	0,00р.	3,50	4,40	0,00	53,80
Кофейный напиток с молоком	200	0,00р.	3,80	3,50	11,10	90,81
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Итого:		0,00р.	28,30	18,07	76,19	579,24

Завтрак 5 день (Общий 12-18) (119,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сырники из творога (п/ф)	220	0,00р.	19,57	10,70	37,42	322,81
Джем (порции)	50	0,00р.	0,05	0,05	11,75	47,65
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Кофейный напиток с молоком	200	0,00р.	3,80	3,50	11,10	90,81
Хлеб пшеничный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:		0,00р.	34,37	23,55	84,42	685,77

Завтрак 5 день (Льготный 12-18) (119,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сырники из творога (п/ф)	220	0,00р.	19,57	10,70	37,42	322,81
Джем (порции)	50	0,00р.	0,05	0,05	11,75	47,65
Сыр полутвердых сортов (порции)	30	0,00р.	7,00	8,80	0,00	107,60
Кофейный напиток с молоком	200	0,00р.	3,80	3,50	11,10	90,81
Хлеб пшеничный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:		0,00р.	34,37	23,55	84,42	685,77

Обед 5 день (Льготный 7-11) (172,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из моркови с зелёным горошком	90	0,00р.	1,71	5,49	5,22	77,40
Борщ с капустой и картофелем (с говядиной тушеной)	200	0,00р.	4,67	6,27	9,86	114,38
Вареники с картофелем (п/ф)	200	0,00р.	6,83	6,13	55,79	303,71
Компот из сухофруктов	200	0,00р.	0,50	0,00	19,80	81,00
Хлеб пшеничный йодированный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Хлеб ржано-пшеничный	50	0,00р.	2,80	0,55	24,70	114,95
Итого:		0,00р.	19,67	18,83	134,68	784,96

Обед 5 день (Льготный 12-18) (194,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из моркови с зелёным горошком	100	0,00р.	1,90	6,10	5,80	86,00
Борщ с капустой и картофелем (с говядиной тушеной)	250	0,00р.	5,84	7,83	12,32	142,98
Вареники с картофелем (п/ф)	230	0,00р.	7,86	7,05	64,16	349,27
Компот из сухофруктов	200	0,00р.	0,50	0,00	19,80	81,00
Хлеб пшеничный йодированный	50	0,00р.	3,95	0,50	24,15	116,90
Хлеб ржано-пшеничный	60	0,00р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		0,00р.	23,41	22,14	155,87	914,09

Полдник 5 день (ОВЗ 7-11) (78,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пряники (готовое изделие)	60	0,00р.	4,50	3,00	40,80	208,20
Сок фруктовый для детского питания	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	95,40
Апельсины (целые)	140	0,00р.	1,26	0,28	11,34	52,92
Итого:		0,00р.	5,96	3,48	75,34	356,52

Полдник 5 день (ОВЗ 12-18) (80,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Пряники (готовое изделие)	70	0,00р.	5,25	3,50	47,60	242,90
Сок фруктовый для детского питания	200	0,00р.	0,20	0,20	23,20	95,40
Апельсины (целые)	160	0,00р.	1,44	0,32	12,96	60,48
Итого:		0,00р.	6,89	4,02	83,76	398,78