

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 МБОУ СОШ с.Калинка
 Хабаровского муниципального района
 Хабаровского края
 О.Н.Екимова
 2022г.



Меню на 11 апреля 2022 г.
 МБОУ СОШ с. Калинка
 КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 6 день (Льготный 7-11) (65,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Суп молочный с макаронными изделиями	250	15,60р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Какао с молоком	200	10,68р.	7,22	6,72	36,07	257,00
Бутерброд с маслом	45	12,09р.	2,45	12,68	14,61	182,70
Яблоки печёные	75	18,06р.	0,28	0,28	36,52	150,23
Итого:		56,43р.	9,94	19,68	87,20	589,93

Обед 6 день (Льготный 7-11) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из морской капусты	90	14,07р.	2,44	2,27	5,73	48,00
Суп картофельный с клецками	250/30	11,49р.	3,75	3,29	16,84	111,94
Рис отварной	150	9,04р.	3,67	5,42	36,67	210,11
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	120	58,86р.	23,49	15,45	12,59	300,34
Хлеб пшеничный	60	4,08р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Напиток из шиповника	200	9,35р.	0,68	0,28	39,33	173,65
Итого:		106,89р.	42,92	27,91	163,24	1100,84

Обед 6 день (Общий 11-18) (89,77 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	120	58,42р.	23,49	15,45	12,59	300,34
Макаронные изделия отварные	150	6,47р.	5,62	4,96	35,91	210,97
Хлеб пшеничный	80	5,44р.	11,84	1,60	69,44	342,40
Напиток из шиповника	200	9,35р.	0,68	0,28	39,33	173,65
Салат из морской капусты	60	10,02р.	0,48	3,12	2,76	32,00
Итого:		89,70р.	42,11	25,41	160,03	1059,36

Обед 6 день (Льготный 11-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные	150	6,46р.	5,62	4,96	35,91	210,97
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	120	58,60р.	23,49	15,45	12,59	300,34
Хлеб пшеничный	80	5,44р.	11,84	1,60	69,44	342,40
Напиток из шиповника	200	9,35р.	0,68	0,28	39,33	173,65
Салат из морской капусты	60	9,99р.	0,48	3,12	2,76	32,00
Итого:		89,84р.	42,11	25,41	160,03	1059,36

Полдник 6 день (Льготный 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок в ассортименте	200	19,09р.	0,40	0,40	46,40	188,00
Итого:		19,09р.	2,20	0,80	62,60	274,00

Полдник 6 день (Льготный 11-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок в ассортименте	200	19,09р.	0,40	0,40	46,40	188,00
Итого:		19,09р.	2,20	0,80	62,60	274,00

Ответственный по питанию  Е.С.Белькова

Повар  Т.А.Гончарова