

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 Екимова О.Н.
 "20"



Меню на 20 сентября 2022 г.
 МБОУ СОШ с. Калинка
 КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 1 день (Льготный 7-11) (65,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Янтарная" молочная с маслом	160	18,74р.	5,76	14,68	49,61	417,55
Сыр порциями	10	5,90р.	4,88	6,06	0,00	74,90
Чай с сахаром	200	1,23р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб пшеничный	40	1,29р.	5,92	0,80	34,72	171,20
Хлеб ржаной	30	0,91р.	3,36	0,72	23,94	118,20
Молоко	200	18,20р.	11,80	12,00	19,20	234,00
Итого:		46,27р.	32,13	34,36	155,14	1119,96

Завтрак 1 день (Общий 11-18) (59,95 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Янтарная" молочная с маслом	200/5	23,66р.	7,39	18,81	63,56	534,98
Сыр порциями	15	8,85р.	7,32	9,09	0,00	112,35
Чай с сахаром	200	1,23р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб пшеничный	60	4,68р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	45	3,33р.	5,04	1,08	35,91	177,30
Молоко	200	18,20р.	11,80	12,00	19,20	234,00
Итого:		59,95р.	40,83	42,28	198,42	1419,54

Завтрак 1 день (Льготный 11-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша "Янтарная" молочная с маслом	200/5	23,65р.	7,39	18,81	63,56	534,98
Сыр порциями	15	8,85р.	7,32	9,09	0,00	112,35
Чай с сахаром	200	1,23р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб пшеничный	60	4,68р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	45	3,33р.	5,04	1,08	35,91	177,30
Молоко	200	18,20р.	11,80	12,00	19,20	234,00
Итого:		59,94р.	40,83	42,28	198,42	1419,54

Обед 1 день (Льготный 7-11) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свежих помидоров	60	13,58р.	0,82	12,10	3,55	118,87
Рассольник (с говядиной тушёной)	200	16,13р.	7,76	7,96	22,34	235,32
Рагу из овощей	180	16,80р.	3,87	21,47	32,21	295,65
Курица в соусе с томатом	90	58,43р.	17,85	24,15	7,99	478,27
Компот из свежих ягод	200	16,48р.	0,38	0,18	18,48	81,30
Хлеб пшеничный	60	4,68р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	30	2,22р.	3,36	0,72	23,94	118,20
Итого:		128,32р.	42,91	67,78	160,60	1584,41

Полдник 1 день (ОВЗ 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Компот из свежих ягод	200	17,09р.	0,38	0,18	18,48	81,30
Сосиска в тесте (готовое изделие)	120	50,40р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		67,49р.	0,38	0,18	18,48	81,30

Полдник 1 день (ОВЗ 11-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Компот из свежих ягод	200	17,12р.	0,38	0,18	18,48	81,30
Сосиска в тесте (готовое изделие)	120	50,40р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		67,52р.	0,38	0,18	18,48	81,30

отв. по меню Шей Белкова Е.С.