

УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 Екимов О. П.
 " 19 "



Меню на 19 сентября 2022 г.
 МБОУ СОШ с. Калинка
 КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 10 день (Льготный 7-11) (65,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка картофельная (ш. Восточное)	250	143,59р.	42,00	44,77	47,90	759,02
Чай с сахаром	200	1,47р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб ржаной	40	3,11р.	4,48	0,96	31,92	157,60
Хлеб пшеничный	70	4,45р.	5,32	0,56	34,44	164,50
Итого:		152,62р.	52,20	46,39	141,93	1185,23

Завтрак 10 день (Общий 11-18) (148,17 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка картофельная (ш. Восточное)	250	143,59р.	42,00	44,77	47,90	759,02
Чай с сахаром	200	1,46р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб ржаной	60	0,00р.	6,72	1,44	47,88	236,40
Хлеб пшеничный	40	3,12р.	5,92	0,80	34,72	171,20
Итого:		148,17р.	55,04	47,11	158,17	1270,73

Завтрак 10 день (Льготный 11-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Запеканка картофельная (ш. Восточное)	250	143,59р.	42,00	44,77	47,90	759,02
Хлеб пшеничный	40	3,12р.	5,92	0,80	34,72	171,20
Чай с сахаром	200	1,45р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб ржаной	60	0,00р.	6,72	1,44	47,88	236,40
Итого:		148,16р.	55,04	47,11	158,17	1270,73

Обед 10 день (Льготный 7-11) (100,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из морской капусты	90	16,67р.	2,44	2,27	5,73	48,00
Щи с говядиной тушенной со сметаной	200	14,99р.	3,86	11,46	17,69	206,11
Картофельное пюре	150	19,24р.	5,47	6,26	48,44	237,57
Курица в соусе с томатом	100	64,59р.	19,83	26,84	8,88	531,41
Компот из изюма	200	0,77р.	0,92	0,20	31,75	128,95
Хлеб пшеничный	60	4,68р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	40	2,96р.	4,48	0,96	31,92	157,60
Итого:		123,90р.	45,89	49,19	196,49	1566,44

Полдник 10 день (ОВЗ 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Кофейный напиток с молоком	200	11,74р.	5,91	7,16	32,44	239,40
Ватрушка с творогом (готовое изделие)	100	45,21р.	11,90	6,40	37,50	256,00
Итого:		56,95р.	17,81	13,56	69,94	495,40

Полдник 10 день (ОВЗ 11-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Кофейный напиток с молоком	200	11,74р.	5,91	7,16	32,44	239,40
Ватрушка с творогом (готовое изделие)	100	45,21р.	11,90	6,40	37,50	256,00
Итого:		56,95р.	17,81	13,56	69,94	495,40

отв. по лит *А.И. Бельков*