

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Екимова О. Н.

"12" 10 2022



Меню на 12 октября 2022 г.  
МБОУ СОШ с. Калинка  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

**Завтрак 8 день (Льготный 7-11) ( 65,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из горошка зеленого консервированного б/м	60	6,05р.	3,60	0,60	8,76	69,60
Рыба запеченная с картофелем	200	20,96р.	20,90	13,05	40,22	387,66
Чай с сахаром	200	1,23р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб пшеничный	80	5,92р.	11,84	1,60	69,44	342,40
<b>Итого:</b>		<b>34,16р.</b>	<b>36,74</b>	<b>15,35</b>	<b>146,09</b>	<b>903,77</b>

**Завтрак 8 день (Общий 11-18) ( 32,90 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из горошка зеленого консервированного б/м	100	6,04р.	6,00	1,00	14,60	116,00
Рыба запеченная с картофелем	200	20,95р.	20,90	13,05	40,22	387,66
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
<b>Итого:</b>		<b>32,90р.</b>	<b>36,18</b>	<b>15,35</b>	<b>134,57</b>	<b>864,57</b>

**Завтрак 8 день (Льготный 11-18) ( 70,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из горошка зеленого консервированного б/м	100	6,04р.	6,00	1,00	14,60	116,00
Рыба запеченная с картофелем	200	20,95р.	20,90	13,05	40,22	387,66
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
<b>Итого:</b>		<b>32,90р.</b>	<b>36,18</b>	<b>15,35</b>	<b>134,57</b>	<b>864,57</b>

**Обед 8 день (Льготный 7-11) ( 100,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с чесноком	100	6,85р.	3,03	12,37	14,75	182,64
Суп картофельный с горохом, птицей, гречками, зеленью петрушки	200	18,52р.	12,15	10,76	50,78	473,97
Каша пшеничная рассыпчатая	200	3,56р.	9,24	8,36	53,26	325,46
Печень по-строгановски	100	36,86р.	16,42	12,03	7,96	204,99
Напиток из шиповника	200	1,80р.	0,68	0,28	39,33	173,65
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
<b>Итого:</b>		<b>75,23р.</b>	<b>54,88</b>	<b>45,96</b>	<b>250,08</b>	<b>1775,11</b>

**Обед 8 день (Общий 11-18) ( 89,11 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из свеклы с чесноком	100	6,85р.	3,03	12,37	14,75	182,64
Суп картофельный с горохом, птицей, гречками, зеленью петрушки	230/20	23,25р.	15,18	13,45	63,47	592,46
Каша пшеничная рассыпчатая	200	3,56р.	9,24	8,36	53,26	325,46
Печень по-строгановски	100	36,85р.	16,42	12,03	7,96	204,99
Напиток из шиповника	200	9,03р.	0,68	0,28	39,33	173,65
Хлеб пшеничный	80	6,24р.	11,84	1,60	69,44	342,40
Хлеб ржаной	45	3,33р.	5,04	1,08	35,91	177,30
<b>Итого:</b>		<b>89,11р.</b>	<b>61,43</b>	<b>49,17</b>	<b>284,13</b>	<b>1998,90</b>

**Полдник 8 день (ОВЗ 7-11) ( 50,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Кефир	200	24,00р.	11,60	11,00	16,00	224,00
Булочка в ассортименте пром. произ-ва	100	36,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>60,00р.</b>	<b>11,60</b>	<b>11,00</b>	<b>16,00</b>	<b>224,00</b>

**Полдник 8 день (ОВЗ 11-18) ( 50,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Кефир	200	4,67р.	11,60	11,00	16,00	224,00
Булочка в ассортименте пром. произ-ва	100	36,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>40,67р.</b>	<b>11,60</b>	<b>11,00</b>	<b>16,00</b>	<b>224,00</b>

сб. по лист *Екимова* с.с.