

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Екимова О. Н.

"20" 10 2022



Меню на 20 октября 2022 г.

МБОУ СОШ с. Калинка

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

**Завтрак 14 день (Льготный 7-11) ( 65,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные с сыром	200	15,75р.	11,72	10,66	43,76	318,26
Чай с сахаром	200	1,23р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	5,92	0,80	34,72	171,20
Овощи свежие	50	1,03р.	0,40	0,05	1,25	7,00
<b>Итого:</b>		<b>18,01р.</b>	<b>18,44</b>	<b>11,61</b>	<b>107,40</b>	<b>600,57</b>

**Завтрак 14 день (Общий 11-18) ( 22,75 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные с сыром	200	15,75р.	11,72	10,66	43,76	318,26
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
Овощи свежие	50	1,09р.	0,40	0,05	1,25	7,00
<b>Итого:</b>		<b>22,75р.</b>	<b>21,40</b>	<b>12,01</b>	<b>124,76</b>	<b>686,17</b>

**Завтрак 14 день (Льготный 11-18) ( 70,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные с сыром	200	15,75р.	11,72	10,66	43,76	318,26
Овощи свежие	50	1,10р.	0,40	0,05	1,25	7,00
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>22,76р.</b>	<b>21,40</b>	<b>12,01</b>	<b>124,76</b>	<b>686,17</b>

**Обед 14 день (Льготный 7-11) ( 100,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сельдь с луком и растительным маслом	100	21,50р.	12,62	20,09	3,48	239,07
Суп "Крестьянский" с крупой (с говядиной тушеной)	250	19,82р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Картофельное пюре	150	19,21р.	5,47	6,26	48,44	237,57
Компот из кураги	200	7,38р.	2,60	0,15	36,40	145,80
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
Печень по-строгановски	100	43,58р.	16,42	12,03	7,96	204,99
<b>Итого:</b>		<b>119,13р.</b>	<b>50,47</b>	<b>40,69</b>	<b>180,27</b>	<b>1241,84</b>

**Обед 14 день (Общий 11-18) ( 114,72 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сельдь с луком и растительным маслом	100	19,22р.	12,62	20,09	3,48	239,07
Суп "Крестьянский" с крупой (крупы на выбор)	250	17,34р.	2,70	2,78	14,58	90,68
Картофельное пюре	150	19,22р.	5,47	6,26	48,44	237,57
Печень по-строгановски	100	43,56р.	16,42	12,03	7,96	204,99
Компот из кураги	200	7,37р.	2,60	0,15	36,40	145,80
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
<b>Итого:</b>		<b>114,72р.</b>	<b>53,73</b>	<b>43,59</b>	<b>198,84</b>	<b>1352,22</b>

**Полдник 14 день (ОВЗ 7-11) ( 50,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Яблоки свежие (целые)	150	33,00р.	0,60	0,60	14,70	70,50
Сок в ассортименте	200	19,60р.	0,40	0,40	46,40	188,00
<b>Итого:</b>		<b>52,60р.</b>	<b>1,00</b>	<b>1,00</b>	<b>61,10</b>	<b>258,50</b>

**Полдник 14 день (ОВЗ 11-18) ( 74,85 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Бутерброд с маслом и сыром	80	24,05р.	18,86	22,10	41,73	445,04
Яблоки свежие (целые)	200	44,00р.	0,80	0,80	19,60	94,00
Сок в ассортименте	200	19,60р.	0,40	0,40	46,40	188,00
<b>Итого:</b>		<b>87,65р.</b>	<b>20,06</b>	<b>23,30</b>	<b>107,73</b>	<b>727,04</b>

отб. по м.п. *Екимова О.Н.* Екимова О.Н.