



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Екимова О. Н.

" 14 " 10 2022

Меню на 17 октября 2022 г.

МБОУ СОШ с. Калининка

КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Овощи свежие	50	8,41р.	0,40	0,05	1,23	7,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,62р.	10,48	9,41	47,36	315,61
Чай с сахаром	200	1,23р.	0,40	0,10	27,67	104,11
Хлеб ржаной	30	0,00р.	3,36	0,72	23,94	118,20
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	5,92	0,80	34,72	171,20
Сосиски отварные	60	16,08р.	6,60	14,34	0,24	156,60
<b>Итого:</b>		<b>33,34р.</b>	<b>27,16</b>	<b>25,42</b>	<b>135,18</b>	<b>872,72</b>

**Завтрак 11 день (Общий 11-18) ( 41,49 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Овощи свежие	50	9,19р.	0,40	0,05	1,25	7,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,98р.	8,73	7,85	39,46	263,01
Сосиски отварные	60	16,08р.	6,60	14,34	0,24	156,60
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
<b>Итого:</b>		<b>41,49р.</b>	<b>30,05</b>	<b>24,62</b>	<b>156,61</b>	<b>964,82</b>

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Овощи свежие	50	8,43р.	0,40	0,05	1,25	7,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,62р.	10,48	9,41	47,36	315,61
Сосиски отварные	60	16,09р.	6,60	14,34	0,24	156,60
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
<b>Итого:</b>		<b>41,38р.</b>	<b>31,80</b>	<b>26,18</b>	<b>164,51</b>	<b>1017,42</b>

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из морской капусты	100	13,91р.	2,72	2,52	6,37	53,33
Суп картофельный с мясными фрикадельками п/ф	250/10	22,98р.	4,20	3,50	6,20	116,60
Макаронные изделия отварные	180	8,63р.	10,84	11,39	103,71	422,88
Тефтели п/ф	80	29,53р.	5,68	17,15	8,51	286,56
Компот из изюма	200	11,53р.	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
<b>Итого:</b>		<b>94,22р.</b>	<b>37,71</b>	<b>36,92</b>	<b>240,53</b>	<b>1422,72</b>

**Обед 11 день (Общий 11-18) ( 109,96 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из морской капусты	100	13,91р.	2,72	2,52	6,37	53,33
Суп картофельный с горохом, птицей, гречками, зеленью петрушки	250/20/20/1	30,99р.	11,33	8,27	32,13	242,05
Макаронные изделия отварные	180	8,61р.	10,84	11,39	103,71	422,88
Тефтели п/ф	100	36,91р.	7,09	21,44	10,64	358,20
Компот из изюма	200	11,53р.	0,92	0,20	31,75	128,95
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>109,96р.</b>	<b>46,82</b>	<b>46,10</b>	<b>272,58</b>	<b>1639,52</b>

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска в тесте (готовое изделие)	120	50,40р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Компот из изюма	200	6,93р.	0,92	0,20	31,75	128,95
<b>Итого:</b>		<b>57,33р.</b>	<b>0,92</b>	<b>0,20</b>	<b>31,75</b>	<b>128,95</b>

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска в тесте (готовое изделие)	120	50,40р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Компот из изюма	200	6,93р.	0,92	0,20	31,75	128,95
<b>Итого:</b>		<b>57,33р.</b>	<b>0,92</b>	<b>0,20</b>	<b>31,75</b>	<b>128,95</b>

об. по лит Ш. Савинова в