

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
Екимова О. Н.

"13" 10 2022



Меню на 13 октября 2022 г.  
МБОУ СОШ с. Калинка  
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

**Завтрак 9 день (Льготный 7-11) ( 65,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Овощи свежие	60	6,27р.	0,48	0,06	1,50	8,40
Каша гречневая рассыпчатая	100	4,55р.	5,82	5,23	26,31	175,34
Сосиски отварные	50	14,80р.	5,50	11,95	0,20	130,50
Хлеб пшеничный	60	0,00р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	40	2,96р.	4,48	0,96	31,92	157,60
Какао с молоком	200	2,74р.	7,22	6,72	36,07	257,00
<b>Итого:</b>		<b>31,32р.</b>	<b>32,38</b>	<b>26,12</b>	<b>148,08</b>	<b>985,64</b>

**Завтрак 9 день (Общий 11-18) ( 34,41 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Овощи свежие	50	6,27р.	0,40	0,05	1,25	7,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	4,55р.	8,73	7,85	39,46	263,01
Сосиски отварные	80	16,17р.	12,99	26,52	0,72	363,31
Хлеб пшеничный	60	4,68р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	45	0,00р.	5,04	1,08	35,91	177,30
Какао с молоком	200	2,74р.	7,22	6,72	36,07	257,00
<b>Итого:</b>		<b>34,41р.</b>	<b>43,26</b>	<b>43,42</b>	<b>165,49</b>	<b>1324,42</b>

**Завтрак 9 день (Льготный 11-18) ( 70,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Овощи свежие	60	6,27р.	0,48	0,06	1,50	8,40
Каша гречневая рассыпчатая	150	4,55р.	8,73	7,85	39,46	263,01
Сосиски отварные	50	14,80р.	5,50	11,95	0,20	130,50
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
Какао с молоком	200	2,74р.	7,22	6,72	36,07	257,00
<b>Итого:</b>		<b>36,37р.</b>	<b>35,85</b>	<b>28,86</b>	<b>165,22</b>	<b>1093,01</b>

**Обед 9 день (Льготный 7-11) ( 100,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сельдь с луком и растительным маслом	100	23,70р.	12,62	20,09	3,48	239,07
Суп картофельный с рыбными консервами	250/10	25,37р.	7,42	5,70	7,40	137,40
Капуста тушеная	180	16,58р.	7,61	13,47	42,98	304,56
Котлета из говядины п/ф	100	53,56р.	12,52	30,05	4,09	335,02
Компот из сухофруктов	200	6,24р.	1,14	0,00	39,48	162,40
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>133,09р.</b>	<b>54,68</b>	<b>71,47</b>	<b>181,42</b>	<b>1592,85</b>

**Обед 9 день (Общий 11-18) ( 110,74 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сельдь с луком и растительным маслом	100	23,70р.	12,62	20,09	3,48	239,07
Капуста тушеная	180	16,57р.	7,61	13,47	42,98	304,56
Котлета мясная из п/ф	100	46,76р.	14,14	23,55	6,60	367,49
Компот из сухофруктов	200	6,24р.	1,14	0,00	39,48	162,40
Хлеб пшеничный	60	4,68р.	8,88	1,20	52,08	256,80
Хлеб ржаной	45	0,00р.	5,04	1,08	35,91	177,30
Суп картофельный с рыбными консервами	250/10	12,79р.	7,42	5,70	7,40	137,40
<b>Итого:</b>		<b>110,74р.</b>	<b>56,86</b>	<b>65,09</b>	<b>187,92</b>	<b>1645,02</b>

**Полдник 9 день (ОВЗ 7-11) ( 50,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Апельсины свежие	100	24,86р.	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого:</b>		<b>24,86р.</b>	<b>0,90</b>	<b>0,20</b>	<b>8,10</b>	<b>43,00</b>

**Полдник 9 день (ОВЗ 11-18) ( 50,00 Р)**

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Ряженка	200	24,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Рогалик с творогом (готовое изделие)	100	26,67р.	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого:</b>		<b>50,67р.</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

*об. по кнп с/ш Екимовой О.Н.*