

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Екимова О. Н.



Меню на 14 октября 2022 г.
МБОУ СОШ с. Калинка
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша пшеничная молочная	250	4,67р.	17,00	20,00	81,18	573,68
Бутерброд с сыром (ш.Таежное)	45	7,17р.	6,03	4,72	14,49	125,10
Кофейный напиток с молоком	200	4,34р.	5,91	7,16	32,44	239,40
Итого:		16,18р.	28,94	31,88	128,11	938,18

Завтрак 10 день (Общий 11-18) (23,13 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша пшеничная молочная	200	11,62р.	13,60	16,00	64,94	458,94
Бутерброд с сыром (ш.Таежное)	45	7,17р.	6,03	4,72	14,49	125,10
Кофейный напиток с молоком	200	4,34р.	5,91	7,16	32,44	239,40
Итого:		23,13р.	25,54	27,88	111,87	823,44

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша пшеничная молочная	250	2,55р.	17,00	20,00	81,18	573,68
Бутерброд с сыром (ш.Таежное)	45	7,16р.	6,03	4,72	14,49	125,10
Кофейный напиток с молоком	200	4,34р.	5,91	7,16	32,44	239,40
Хлеб ржаной	60	0,00р.	6,72	1,44	47,88	236,40
Итого:		14,05р.	35,66	33,32	175,99	1174,58

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из кукурузы консервированной	60	13,42р.	1,73	3,71	4,82	59,58
Суп из овощей	250	15,20р.	1,80	4,90	14,30	108,50
Рис отварной	100	2,17р.	2,45	3,61	24,45	140,07
Компот из чернослива	200	12,57р.	0,58	0,18	34,34	144,30
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
Котлета из птицы п/ф	100	41,53р.	24,07	27,11	9,83	377,48
Итого:		92,53р.	43,98	41,67	171,74	1244,33

Обед 10 день (Общий 11-18) (88,28 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат из кукурузы консервированной	60	15,12р.	1,73	3,71	4,82	59,58
Суп из овощей	250	15,21р.	1,80	4,90	14,30	108,50
Рис отварной	180	2,17р.	4,40	6,50	44,00	252,13
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	3,33р.	5,04	1,08	35,91	177,30
Котлета из птицы п/ф	100	41,53р.	24,07	27,11	9,83	377,48
Итого:		88,28р.	47,06	44,50	200,43	1394,19

Полдник 10 день (ОВЗ 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка в ассортименте пром. произ-ва	100	60,00р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Компот из свежих ягод	200	17,06р.	0,38	0,18	18,48	81,30
Ряженка	200	6,86р.	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		83,92р.	0,38	0,18	18,48	81,30

Полдник 10 день (ОВЗ 11-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сосиска в тесте	100	42,00р.	9,19	21,61	29,87	349,49
Компот из свежих ягод	200	17,08р.	0,38	0,18	18,48	81,30
Итого:		59,08р.	9,57	21,79	48,35	430,79

об. по лит. [подпись] Екимовой О.Н.