



УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 Екимова О. Н.

Меню на 11 октября 2022 г.
 МБОУ СОШ с. Калинка
 КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная вязкая	250	11,26р.	8,37	7,75	49,43	301,30
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,80
Какао с молоком	200	2,74р.	7,22	6,72	36,07	257,00
Хлеб пшеничный	80	0,00р.	11,84	1,60	69,44	342,40
Хлеб ржаной	30	2,22р.	3,36	0,72	23,94	118,20
Итого:		16,22р.	30,84	25,04	178,96	1093,70

Завтрак 7 день (Общий 11-18) (25,25 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная жидкая с маслом	250/10	14,50р.	7,72	12,75	38,70	300,93
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,80
Какао с молоком	200	2,74р.	7,22	6,72	36,07	257,00
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
Итого:		25,25р.	28,91	30,00	162,84	1066,83

Завтрак 7 день (Льготный 11-18) (70,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная вязкая	250	11,26р.	8,37	7,75	49,43	301,30
Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,00р.	0,05	8,25	0,08	74,80
Какао с молоком	200	2,74р.	7,22	6,72	36,07	257,00
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
Итого:		22,01р.	29,56	25,00	173,57	1067,20

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

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат Витаминный	100	5,36р.	2,20	20,28	19,20	258,45
Суп картофельный гречневый (с говядиной тушеной)	200	13,53р.	7,82	7,78	29,66	220,53
Картофельное пюре	180	16,44р.	6,56	7,51	58,13	285,09
Сосиски отварные	80	34,40р.	12,99	26,52	0,72	363,31
Компот из свежих яблок	200	12,29р.	0,16	0,16	12,77	49,94
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
Итого:		89,66р.	43,08	64,41	204,48	1591,72

Обед 7 день (Общий 11-18) (103,12 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат Витаминный	100	7,66р.	2,20	20,28	19,20	258,45
Суп картофельный гречневый (с говядиной тушеной)	240/10	16,91р.	9,77	9,72	37,07	275,66
Картофельное пюре	180	25,50р.	6,56	7,51	58,13	285,09
Сосиски отварные	80	34,39р.	12,99	26,52	0,72	363,31
Компот из свежих яблок	200	9,09р.	0,16	0,16	12,77	49,94
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
Итого:		103,12р.	48,56	66,88	233,24	1752,15

Полдник 7 день (ОВЗ 7-11) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Йогурт фруктовый	200	30,00р.	10,00	6,40	7,00	176,00
Итого:		30,00р.	10,00	6,40	7,00	176,00

Полдник 7 день (ОВЗ 11-18) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Йогурт фруктовый	200	27,50р.	10,00	6,40	7,00	176,00
Итого:		27,50р.	10,00	6,40	7,00	176,00

ав. по мн. с. Белькова С.С.