



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Куликова

ГБОУ СОШ Покровка (1-4 классы)

МЕНЮ

на 15.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,		25	109
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	366
Кисель .		200	128
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	510	692
Обед			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительн:		60	36
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	134
Тефтели тушеные в соусе		60/50	218
Каша гречневая вязк		150	157
Компот из свежих яблок		200	115
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	796	826
Всего:	132,70	1 306	1 518

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 27,68	витВ1 - 1,06	витВ2 - 0,19
45,9	49,61	220,11	ВИТЕ - 2,12	витРР - 0,13	витС - 34,13
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 451,99	Fe - 13,67	К - 232,3	Mg - 262,73		

Зав. производством _____

Куликова

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Калинникова Г.Р.



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
Калиникова

ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)

МЕНЮ на 15.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,		25	109
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	366
Кисель .		200	128
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	510	692
Обед			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительнѐ		60	36
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	134
Тефтели тушеные в соусе		60/50	218
Каша гречневая вязк		150	157
Компот из свежих яблок		200	115
Хлеб пшеничный		40	118
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	76,40	806	855
Всего:	135,50	1 316	1 548

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА	витВ1	витВ2
46,97	50,06	225,41	27,68	1,22	0,19
			витЕ	витРР	витС
			2,12	0,13	34,21
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 559,99	Fe - 15,11	К - 232,3	Mg - 275,93		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Калиникова Г.Р.



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____
Куликова

ГБОУ СОШ Покровка

МЕНЮ

на 15.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительн		60	36
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	134
Тефтели тушеные в соусе		60/50	218
Каша гречневая вязк		150	157
Компот из свежих яблок		200	115
Хлеб пшеничный*		50	148
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	80,00	816	885
Всего:	80,00	816	885

Для всего меню

В граммах		Углеводы		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры			вита - 0,16	витВ1 - 0,83 витЕ - 2,1
32,87	30,28	117,99			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 314,91	Fe - 12,65	К - 49,8		Mg - 175,63	

Зав. производством _____

Куликова

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Калиникова

Калиникова Г.Р.