



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Куликова Л.А.

ГБОУ СОШ Покровка (1-4 классы)

МЕНЮ

на 23.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом рас,		60	53
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	104
Пюре картофельное ,		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	544	444
Обед			
Салат из свеклы с яблоками и маслом раст,		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	89
Плов с мясом,,		250	609
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	771	1 012
Всего:	132,70	1 315	1 456

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
37,35	62,32	185,3

витРР - 1,36
витВ2 - 0,11

Витамины в миллиграммах

витЕ - 2,9 витаминА - 1,47
витВ1 - 0,95 витаминС - 66,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 332,49 Mg - 180,29 Fe - 16,61 К - 701,6

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер произв.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Handwritten signature

ГБОУ СОШ Покровка (витаминизация) 1-4 классы

МЕНЮ

на 23.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминиза			
Апельсины*		100	40
Сок фруктовый		200	85
Итого:	37,10	300	125
Всего:	37,10	300	125

Для всего меню

Белки	В граммах	Углеводы	Витамины в миллиграммах
1,99	Жиры	29,2	витВ1 - 0,06
			витЕ - 0,05
			витС - 64
Минеральные вещества в миллиграммах			
Mg - 21	Fe - 3,1	Ca - 48	P - 37

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер произв.



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____

[Handwritten signature]

ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)

МЕНЮ

на 23.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом раст,		60	53
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	104
Пюре картофельное ,		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	29
Итого:	59,10	544	444
Обед			
Салат из свеклы с яблоками и маслом раст,		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	89
Плов с мясом,,		250	609
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		40	118
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	76,40	781	1 041
Всего:	135,50	1 325	1 485

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 1,36	витЕ - 2,9	вита - 1,47
38,42	62,77	190,6	витВ2 - 0,11	витВ1 - 1,11	витС - 66,23

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 440,49 Mg - 193,49 Fe - 18,05 К - 701,6

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер произв.



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

[Handwritten signature]

МЕНЮ

на 23.11.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Салат из свеклы с яблоками и маслом раст,		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	89
Плов с мясом,,		250	609
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный*		50	148
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	80,00	791	1 071
Всего:	80,00	791	1 071

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
25,75		49,38	129,78	витаЕ - 2,18 витаА - 0,18 витаВ1 - 0,77
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 289,19	Mg - 123,73	Fe - 10,24	K - 53,15	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер произв.