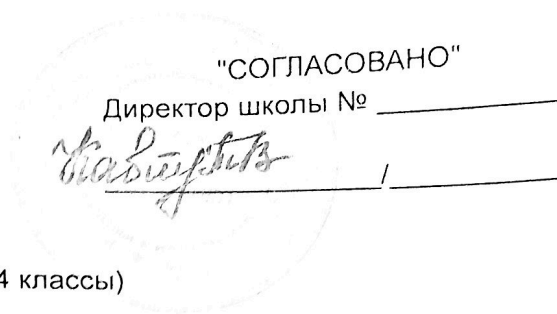




Кузнецова Е.В.



ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (1-4 классы)

**МЕНЮ**

на 11.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса с соусом,		50/50	202
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	59
<b>Обед</b>			
Салат из моркови с сахаром,,		60	3
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью..		200/5/1	7
Жаркое по-домашнему		200	29
Сок фруктовый		200	7
Хлеб пшеничный		30	7
Хлеб ржаной		30	7
Итого:	87,10	726	6
Всего:	149,30	1 270	1 2

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы		
34,32	49,55	161,84	ВИТЕ - 0,92	ВИТА - 1 339,07
			ВИТВ2 - 0,62	ВИТD - 0,75
			ВИТВ1 - 0,85	ВИТС - 35,21

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 130,07	Se - 15,21	Ca - 194,75	Mg - 123,81
I - 168,09	Fe - 8,8	K - 1 165,1	P - 469,2



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

*Handwritten signature*

ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (ОВЗ)

**МЕНЮ**

на 11.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса с соусом,		50/50	202
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	595
<b>Обед</b>			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью..		200/5/1	77
Жаркое по-домашнему		200	290
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	726	622
Всего:	149,30	1 270	1 218

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,92	вита - 1 339,07	витD - 0,75
34,32	49,55	161,84	витВ2 - 0,62	витВ1 - 0,85	витС - 35,21
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 130,07	Se - 15,21	Ca - 194,75	Mg - 123,81		
I - 168,09	Fe - 8,8	K - 1 165,1	P - 469,2		

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.