



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
Мавлюфты

ГБОУ СОШ Покровка (1-4 классы)

МЕНЮ

на 13.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Плов с цыпленком		200	365
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	624
Обед			
Мандарин		100	35
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью .		200/5/2	103
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное ,		150	131
Компот из свежих яблок		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	817	637
Всего:	149,30	1 317	1 261

Для всего меню

В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы
37,17	38,91	190,44

Витамины в миллиграммах		
витА - 823,7	витD - 2,73	витB2 - 0,83

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 779,29	Se - 30,73	Ca - 277,31	Mg - 178,67
I - 420,84	Fe - 7,66	K - 1 965,22	P - 580,85

Зав. производством _____

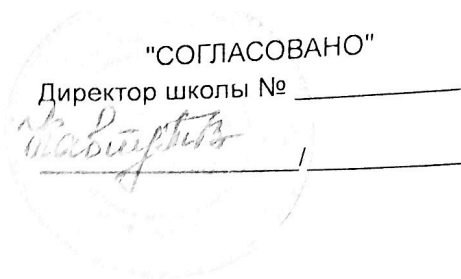
Куликова Л.А.

(Куликова Л.А)

стажер каппк



Кузнецова Е.В.



ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 13.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Плов с цыпленком		200	365
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	624
Обед			
Мандарин		100	35
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью .		200/5/2	103
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное ,		150	131
Компот из свежих яблок		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	817	637
Всего:	149,30	1 317	1 261

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 823,7	витD - 2,73	витB2 - 0,83
37,17	38,91	190,44			
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 779,29	Se - 30,73	Ca - 277,31	Mg - 178,67		
I - 420,84	Fe - 7,66	K - 1 965,22	P - 580,85		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.