



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

*Куликова Л.А.*

ГБОУ СОШ Покровка (1-4 классы)

**МЕНЮ**

на 19.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье,.		50	220
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Напиток шоколадный Nesquik		200	102
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	821
<b>Обед</b>			
Салат "Витаминный" с маслом раст,		60	63
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	54
Филе птицы тушеное в соусе		50/50	78
Каша пшеничная вязкая		150	134
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	585
Всего:	149,30	1 276	1 406

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,77	32,6	240,99	витЕ - 0,37	витА - 459,45	витD - 3,01
			витВ2 - 0,87	витВ1 - 0,48	витС - 62,57
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 154,03	Se - 54,47	Ca - 451,58	Mg - 165,44		
I - 236,41	Fe - 10,07	K - 944,59	P - 636,26		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор школы № \_\_\_\_\_  
*(Signature)*

ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)

**МЕНЮ** на 19.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Печенье,.		50	220
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Напиток шоколадный Nesquik		200	102
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	821
<b>Обед</b>			
Салат "Витаминный" с маслом раст,		60	63
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	54
Филе птицы тушеное в соусе		50/50	78
Каша пшеничная вязкая		150	134
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	585
Всего:	149,30	1 276	1 406

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 0,37	ВИТА - 459,45	ВИТD - 3,01
43,77	32,6	240,99	ВИТВ2 - 0,87	ВИТВ1 - 0,48	ВИТС - 62,57
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 154,03	Se - 54,47	Ca - 451,58	Mg - 165,44		
I - 236,41	Fe - 10,07	K - 944,59	P - 636,26		

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ стажер кальк.