



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Handwritten signature

ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 20.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом рас,		60	51
Птица тушеная в соусе		50/50	142
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Кисель .		200	128
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	580
Обед			
Салат Степной с кукурузой и м/ растительным		60	81
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		200/5/2	83
Кнели куриные с соусом		50/50	149
Горох отварной		150	219
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	777	778
Всего:	149,30	1 317	1 358

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
47,8	43,8	194,78

витЕ - 0,72
витВ2 - 0,63

Витамины в миллиграммах

вита - 572,92	витD - 8,89
витВ1 - 0,69	витС - 38,69

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 294,09	Se - 36,26	Ca - 326,23	Mg - 157,33
I - 333,36	Fe - 9,93	K - 1 358,91	P - 560,46

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Куликова Л.А.

ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (1-4 классы)

МЕНЮ

на 20.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом рас,		60	
Птица тушеная в соусе		50/50	
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	
Кисель .		200	
Хлеб пшеничный		30	
Итого:	62,20	540	5
Обед			
Салат Степной с кукурузой и м/ растительным		60	
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленьк		200/5/2	
Кнели куриные с соусом		50/50	
Горох отварной		150	
Напиток лимонный		200	
Хлеб пшеничный		30	
Хлеб ржаной		30	
Итого:	87,10	777	77
Всего:	149,30	1 317	1 35

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	
47,8	43,8	194,78	
			витЕ - 0,72
			витВ2 - 0,63
			витА - 572,92
			витВ1 - 0,69
			витD - 8,89
			витС - 38,69
Минеральные вещества в миллиграммах			
F - 294,09	Se - 36,26	Ca - 326,23	Mg - 157,33
I - 333,36	Fe - 9,93	K - 1 358,91	P - 560,46

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)