



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Куликова Л.А.

ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (1-4 классы)

МЕНЮ

на 28.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом		60	53
Котлеты из мяса с соусом.		50/50	208
Каша гречневая вязкая		150	135
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	527
Обед			
Винегрет овощной с маслом раст.,		60	73
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Рис отварной .		150	193
Компот из смеси сухофруктов.		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	815
Всего:	149,30	1 311	1 342

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
35,1	49,7	185,3	витЕ - 0,73	вита - 442,51	витD - 0,5
			витB2 - 0,6	витB1 - 0,65	витC - 18,33

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 216,74	I - 327,11	P - 533,3	Na - 3 221,37
F - 91,13	Se - 19,88	Mg - 181,85	Fe - 9,6

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор школы № _____
(Signature)

ГБОУ СОШ Покровка нефть (12 и старше)

МЕНЮ на 28.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Винегрет овощной с маслом раст,		100	122
Суп картофельный с бобовыми (горохом), мясом птицы и :		10/250/2	170
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Рис отварной		180	232
Компот из смеси сухофруктов.		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	100,00	902	959
Всего:	100,00	902	959

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,36	витА - 435,25	витD - 0,41
24,18	36,5	131,74	витВ2 - 0,47	витВ1 - 0,35	витС - 11,16
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 106,69	Se - 14,99	Ca - 177,09	Mg - 115,58		
I - 237,55	Fe - 5,91	K - 809,39	P - 391,6		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)
 Калькулятор _____ стажер кальк.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 Для документов №1
 ООО "КДП - СЕВЕР"

Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (ОВЗ)

МЕНЮ

на 28.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с морковью и растительны		60	53
Котлеты из мяса с соусом.		50/50	208
Каша гречневая вязк		150	135
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	527
Обед			
Винегрет овощной с маслом рас,		60	73
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Рис отварной .		150	193
Компот из смеси сухофруктов.		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	815
Всего:	149,30	1 311	1 342

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
35,1		49,7	185,3

ВИТЕ - 0,73
 ВИТВ2 - 0,6

Витамины в миллиграммах
 ВИТА - 442,51 ВИТD - 0,5
 ВИТВ1 - 0,65 ВИТС - 18,33

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 216,74	I - 327,11	P - 533,3	Na - 3 221,37
F - 91,13	Se - 19,88	Mg - 181,85	Fe - 9,6

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.