



Кузнецова Е.В.



ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)

МЕНЮ

на 21.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Вафли*		27	155
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	302
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	512	657
Обед			
Салат из белокачанной капусты с зеленью		60	51
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	115
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Каша гречневая вязк		150	135
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	786	768
Всего:	149,30	1 298	1 425

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,36	вита - 308,05	витD - 10,8
59,36	47,15	214,34	витВ2 - 0,73	витВ1 - 0,69	витС - 32,31
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 203,13	Se - 34,65	Ca - 429,01	Mg - 204,04		
I - 257,28	Fe - 8,77	K - 1 133,56	P - 609,72		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.



ГБОУ СОШ Покровка (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 21.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Вафли*		27	155
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом,		250/5	302
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	512	657
Обед			
Салат из белокачанной капусты с зеленью		60	51
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	115
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Каша гречневая вязк		150	135
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	786	768
Всего:	149,30	1 298	1 425

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
59,36	47,15	214,34	витЕ - 0,36	вита - 308,05	витD - 10,8
			витВ2 - 0,73	витВ1 - 0,69	витС - 32,31
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 203,13	Se - 34,65	Ca - 429,01	Mg - 204,04		
I - 257,28	Fe - 8,77	K - 1 133,56	P - 609,72		

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Куприянова Ю.А.