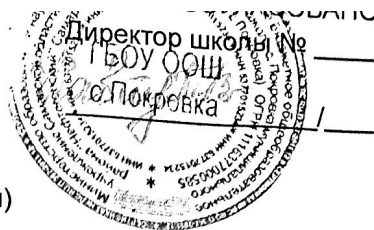




Кузнецова Е.В.



ГБОУ СОШ Покровка (1-4 классы)

МЕНЮ

на 22.03.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса с соусом,		50/50	202
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	595
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу		200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из отварного мяса		200	290
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	726	626
Всего:	149,30	1 270	1 222

Для всего меню

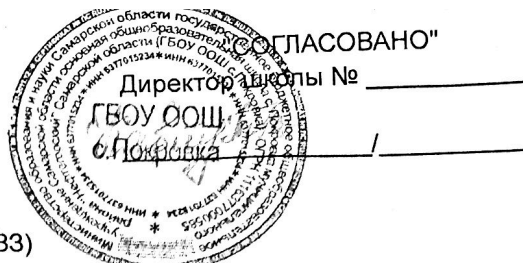
В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 10,84	витА - 188,53	витD - 0,75
34,08	52,55	156,28	витВ2 - 0,59	витВ1 - 0,83	витС - 33,66
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 100,85	Se - 15,19	Ca - 191,43	Mg - 108,94		
I - 165,45	Fe - 8,71	K - 1 119,85	P - 452,26		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.



ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)

МЕНЮ

на 22.03.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса с соусом,		50/50	202
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	595
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу		200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из отварного мяса		200	290
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	726	626
Всего:	149,30	1 270	1 222

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 10,84	Витамины в миллиграммах	витА - 188,53	витD - 0,75
34,08	52,55	156,28	витВ2 - 0,59	витВ1 - 0,83	витС - 33,66	
Минеральные вещества в миллиграммах						
F - 100,85	Se - 15,19	Ca - 191,43	Mg - 108,94			
I - 165,45	Fe - 8,71	K - 1 119,85	P - 452,26			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.



ГБОУ СОШ Покровка нефт.(12 лет и старше)

МЕНЮ

на 22.03.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым		100	64
Щи из св.капусты с картофелем, мясом, сметаной и зелень		10/250/5/2	131
Жаркое по-домашнему из отварного мяса ..		250	351
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	100,00	877	770
Всего:	100,00	877	770

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 210,15	витD - 0,33	витB2 - 0,57
20,52	37,1	85,37			
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 93,77	Se - 16,18	Ca - 136,3	Mg - 96,33		
I - 154,89	Fe - 6,01	K - 1 324,59	P - 349,91		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.