



Кузнецова Е.В.
ГБОУ СОШ Покровка (1-4 классы)

МЕНЮ

на 21.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Плов с отварным мясом птицы		200	365
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	612
Обед			
Печенье..		36	153
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметан		200/5	84
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	751	744
Витаминизация			
Фрукт.*		120	42
Итого:	16,55	120	42
Всего:	165,85	1 371	1 398

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
39,91	40,48	221	витЕ - 0,01	вита - 944,87	витD - 8,97
			витB2 - 0,75	витB1 - 0,57	витC - 46,07
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 230,35	I - 310,88	P - 606,56	Na - 2 550,92		
F - 629,38	Se - 30,72	Mg - 178,51	Fe - 9,45		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка (12 лет и старше)



М Е Н Ю

на 21.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Печенье,		25	108
Рассольник Ленинградский с цыпленком , сметаной и зеле		10/250/5/2	155
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с м/раст.		180	151
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	100,00	832	801
Всего:	100,00	832	801

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита - 599,1	витВ2 - 0,6	витВ1 - 0,4
24,35	21,74	125,23			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 191,82	I - 291,19	P - 422,34	Na - 2 133,81		
F - 505,75	Se - 23,76	Mg - 125,17	Fe - 5,25		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.
ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)



МЕНЮ

на 21.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Плов с отварным мясом птицы		200	365
Напиток лимонный		200	98
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	500	612
Обед			
Печенье..		36	153
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметанк		200/5	84
Рыба, тушенная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	751	744
Витаминизация			
Фрукт*		200	76
Итого:	33,10	200	76
Всего:	182,40	1 451	1 431

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,01	витА - 958,02	витD - 8,97
41,33	40,5	227,89	витВ2 - 0,79	витВ1 - 0,63	витС - 162,27
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 284,97	І - 313,21	Р - 643,47	Na - 2 558,15		
F - 656,69	Se - 31,47	Mg - 197,07	Fe - 8,24		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.