

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КРАСНОСЕВЕР"



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка нефть (12 лет и старше)

Директор школы №



МЕНЮ

на 05.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Салат из редьки..		100	49
Щи из св.капусты с картофелем, мясом, сметаной и зелены		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	755
Всего:	100,00	877	755

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 0,15	витА - 207,72	витD - 0,33
20,73	35,7	86,9	витB2 - 0,57	витB1 - 0,59	витC - 47,88
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 138,54	I - 189,85	P - 342,34	Na - 1 855,44		
F - 91,32	Se - 16,14	Mg - 96,78	Fe - 6,16		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



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

МЕНЮ на 05.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..		60	74
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Чай с лимоном		200/3,5	2
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	495
Обед			
Салат из редьки*		60	53
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	644
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 470	1 214

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витPP - 0,15	витE - 0,91	витA - 173,57
34,76	52,95	152,33	витD - 0,68	витB2 - 0,54	витB1 - 0,58
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 89,61	Se - 15,11	Ca - 190,58	Mg - 117,21		
I - 199,53	Fe - 8,59	K - 1 219,74	P - 456,44		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.