



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

М Е Н Ю на 23.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	112
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	503	378
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	803
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 479	1 257

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,96	витА - 228,79	витВ2 - 0,64
31,54	42,38	187,53	витВ1 - 0,48	витС - 23,72	витD - 0,37
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 416,32	И - 183,68	Р - 564,65	Na - 1 994,98		
F - 101,65	Se - 18,77	Mg - 121,26	Fe - 7,42		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)
Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)



МЕНЮ

на 23.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	112
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	503	378
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	803
Витаминация			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	33,10	1	18
Всего:	182,40	1 280	1 199

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	
30,74	42,42	173,37	
		ВИТЕ - 0,96	ВИТА - 228,79
		ВИТВ1 - 0,48	ВИТВ2 - 0,64
			ВИТС - 20,52
			ВИТD - 0,37
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 405,12	I - 183,68	P - 553,45	Na - 1 994,98
F - 101,65	Se - 18,77	Mg - 114,86	Fe - 7,38

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.
ГБОУ СОШ Покровка нефть (12 лет и старше)

М Е Н Ю на 23.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, мясом, сметаной и зелены		10/250/5/2	131
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Макаронные изделия отварные с м.р.		180	220
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	100,00	867	892
Всего:	100,00	867	892

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 0,91	ВИТВ1 - 0,43	ВИТD - 0,41
22,24	34,3	121,42	ВИТB2 - 0,46	ВИТC - 21,71	
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 142,7	I - 178,6	P - 296,75	Na - 1 824,07		
F - 66,34	Se - 16,58	Mg - 68,91	Fe - 5,89		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.