



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)



М Е Н Ю

на 16.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	132
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	131
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	450
Обед			
Яблоко,,,,		110	49
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		200/5/2	83
Колбаса отварная с соусом..		50/50	154
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	827	752
Всего:	149,30	1 367	1 203

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 0,74	ВИТА - 277,56	ВИТВ2 - 0,58
32,16	37,12	185,83	ВИТВ1 - 0,59	ВИТС - 30,27	ВИТD - 5,88
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 359,3	I - 252,82	P - 497,82	Na - 2 065,83		
F - 306,75	Se - 19,1	Mg - 151,71	Fe - 9,4		

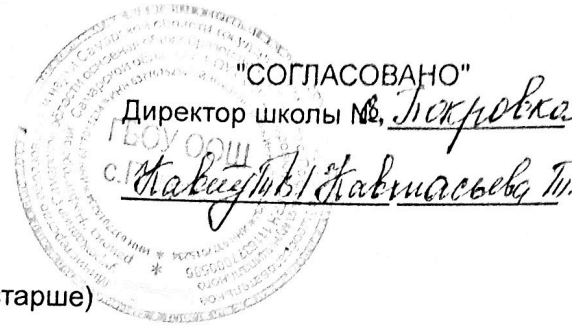
Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка (12 лет и старше)



МЕНЮ

на 16.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Яблоко,,,,,		110	49
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и зеленью		10/250/2	141
Колбаса отварная с соусом..		50/50	154
Рис отварной с м/сливочным,,		180	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	100,00	912	810
Всего:	100,00	912	810

Для всего меню

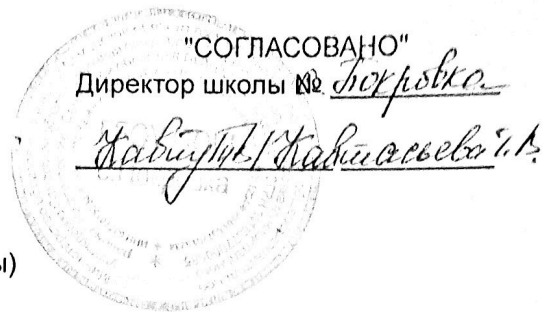
В граммах			Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 1,36	ВИТА - 28,92	ВИТВ2 - 0,37	
19,92	26,15	123,32	ВИТВ1 - 0,38	ВИТС - 27,97	ВИТD - 0,4	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 175,54	I - 109,16	P - 315,09	Na - 1 242,7			
F - 43,32	Se - 11,4	Mg - 94,42	Fe - 6,6			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.



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



МЕНЮ

на 16.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного .		60	55
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	132
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	131
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	450
Обед			
Яблоко,....		110	49
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленък		200/5/2	83
Колбаса отварная с соусом..		50/50	154
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	827	752
Всего:	149,30	1 367	1 203

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы
32,16		37,12	185,83

Витамины в миллиграммах	витЕ - 0,74	вита - 277,56	витВ2 - 0,58
	витВ1 - 0,59	витС - 30,27	витD - 5,88

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 359,3	І - 252,82	Р - 497,82	Na - 2 065,83
F - 306,75	Se - 19,1	Mg - 151,71	Fe - 9,4

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.