



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ с. Покровка (ОВЗ)



МЕНЮ

на 19.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром,,		60	31
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	153
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	525
Обед			
Пряник.		40	142
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	113
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Макаронные изделия отварные **		150	188
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	766	910
Всего:	149,30	1 306	1 435

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах	
63,31	45,42	219,17	витЕ - 0,72	вита - 1 446,26
			витВ1 - 0,61	витВ2 - 0,58
				витС - 33,81
				витD - 4,48
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 165,68	I - 230,58	P - 531,96	Na - 2 245,7	
F - 201,61	Se - 14,59	Mg - 174,27	Fe - 9,59	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП-СЕВЕР"



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ с. Покровка (12 лет и старше)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 20.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Салат "Витаминный" с кукурузой		100	105
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	876	811
Всего:	100,00	876	811

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,01	вита - 608,75	витВ2 - 0,58
21,11	38,14	93,89	витВ1 - 0,6	витС - 41,55	витD - 0,33
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 153,71	І - 227,08	Р - 360,45	Na - 2 150,78		
F - 103,5	Se - 19,25	Mg - 101,32	Fe - 6,01		

Зав. производством _____

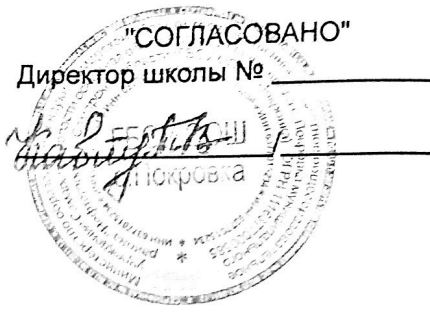
(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

стажер кальк.



Кузнецова Е.В.
ГБОУ СОШ с. Покровка (ОВЗ)



М Е Н Ю

на 20.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	74
Котлеты из мяса с соусом.		50/50	208
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	607
Обед			
Салат "Витаминный"		60	63
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	654
Всего:	149,30	1 270	1 260

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 0,55	ВИТА - 502,19	ВИТВ2 - 0,64
32,3	51,92	165,1	ВИТВ1 - 0,78	ВИТС - 37,43	ВИТD - 0,78
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 173,61	И - 239,71	Р - 479,43	Na - 2 326,68		
F - 120,99	Se - 17,71	Mg - 126,01	Fe - 7,99		

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП-СЕВЕР"



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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 20.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	74
Котлеты из мяса с соусом.		50/50	208
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	544	607
Обед			
Салат "Витаминный"		60	63
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	654
Всего:	149,30	1 270	1 260

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
32,3		51,92	165,1	ВИТЕ - 0,55	ВИТА - 502,19	ВИТВ2 - 0,64
				ВИТВ1 - 0,78	ВИТС - 37,43	ВИТD - 0,78
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 173,61	I - 239,71	P - 479,43	Na - 2 326,68			
F - 120,99	Se - 17,71	Mg - 126,01	Fe - 7,99			

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.