

Директор
ООО "ККДП - СЕВЕР"

Директор школы №
ГБОУ СОШ
с. Покровка



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



МЕНЮ

на 23.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминация			
Фрукт	19,09	100	42
Итого:	19,09	100	42
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			
Салат из белокачанной капусты с зеленью		60	51
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	54
Тефтели тушеные в соусе		50/50	207
Каша гречневая с маслом сливочным		150	153
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	776	731
Витаминация2			
Сок фруктовый	19,09	200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 579	1 227

Для всего меню

В граммах
Белки 31,62
Жиры 40,94
Углеводы 190,68

Витамины в миллиграммах
витЕ - 0,41
витВ1 - 0,61

Витамины в миллиграммах
вита - 246,02
витС - 28,01
витВ2 - 0,76
витD - 1,93

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 432,18
F - 135,53
I - 252,38
Se - 23,52
P - 653,03
Mg - 199,47

Na - 2 583,29
Fe - 10,44

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ /приянова Ю.А.

УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП-СЕВЕР"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 1

Покровка



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ с. Покровка (1-4 класс)

МЕНЮ

на 23.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Фрукт.	19,09	100	42
Итого:	19,09	100	42
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			
Салат из белокачанной капусты с зеленью		60	51
Суп из овощей со сметаной и зеленью	9,0	200/5/1	54
Тефтели тушеные в соусе	4,0	50/50	207
Каша гречневая с маслом сливочным		150	153
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	776	731
Всего:	168,39	1 379	1 151

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,41	витА - 246,02	витВ2 - 0,76
30,62	40,94	172,48	витВ1 - 0,59	витС - 24,01	витD - 1,93
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 418,18	И - 252,38	Р - 639,03	Na - 2 583,29		
F - 135,53	Se - 23,52	Mg - 191,47	Fe - 9,84		

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Кузнецова Е.В. / Кузнецова Ю.А.



Кузнецова Е.В.
ГБОУ СОШ с. Покровка (12+)



М Е Н Ю

на 23.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Обед			
Салат из б/к капусты с зеленью		100	86
Суп из овощей с мясом свинины, сметаной и зеленью.		10/250/5/2	134
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Каша гречневая с м. сл.		180	162
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	100,00	907	854
Всего:	100,00	907	854

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
22,21		35,33	111,83	витЕ - 0,42	витА - 18,89	витВ2 - 0,5
				витВ1 - 0,57	витС - 28,33	витD - 1,91
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 184,86	І - 182,17	Р - 380,7	Na - 1 882,94			
F - 67,17	Se - 21,48	Mg - 147,64	Fe - 7,14			

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Куприянова Ю.А.



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

МЕНЮ на 23.11.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр Сливочный		35	87
Каша вязкая молочная из риса и пшена		280/5	278
Какао с молоком		200	143
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	560	601
Обед			
Салат из б/к капусты с зеленью		100	86
Суп из овощей со сметаной, зеленью		250/5/1	109
Тефтели тушеные в соусе		50/50	207
Каша гречневая с м. сл.		180	162
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	87,10	896	829
Всего:	149,30	1 456	1 430

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВитА	ВитВ1	ВитВ2
38,24	53,24	202,74	0,47	0,71	0,99
Минеральные вещества в миллиграммах			ВитС	ВитD	
Ca - 623,65	I - 313,27	P - 888,99	28,81	2,1	
F - 165,35	Se - 30,77	Mg - 228,99			
					Na - 3 069,39
					Fe - 9,57

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.