



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



**МЕНЮ** на 13.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый	10,09	200	76
Итого:	10,09	200	76
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая		60	74
Котлеты из мяса с соусом.		100	190
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	62,20	544	589
<b>Обед</b>			
Салат "Витаминный"	10,00	60	93
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу	10,00	200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из отварного мяса		200	438
Напиток из плодов шиповника		200	100
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	80,00	726	856
<b>Витаминация2</b>			
Сок фруктовый 200 г. т/п	10,09	1	18
Итого:	10,09	1	18
Всего:	187,48	1 471	1 539

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,89	вита - 588,99	витВ2 - 0,67
32,8	52,1	193,27	витВ1 - 0,81	витС - 168,23	витD - 0,78

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 188,81	I - 239,71	P - 485,63	Na - 2 328,28
F - 120,99	Se - 17,71	Mg - 130,81	Fe - 8,87

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.



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

**МЕНЮ** на 13.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Витаминация</b>			
Сок фруктовый	19,09	200	76
<b>Итого:</b>	<b>19,09</b>	<b>200</b>	<b>76</b>
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая		60	74
Котлеты из мяса с соусом		100	190
Рис отварной с м/сливочным		150	193
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	71
<b>Итого:</b>	<b>62,20</b>	<b>544</b>	<b>589</b>
<b>Обед</b>			
Салат "Витаминный"	19,09	60	93
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу	9,00	200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из отварного мяса		200	438
Напиток из плодов шиповника		200	100
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
<b>Итого:</b>	<b>87,10</b>	<b>726</b>	<b>856</b>
<b>Всего:</b>	<b>168,39</b>	<b>1 470</b>	<b>1 520</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,89	вита - 588,99	витВ2 - 0,67
32,6	52,06	189,23	витВ1 - 0,79	витС - 167,43	витD - 0,78
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>					
Ca - 186,01	I - 239,71	P - 482,83	Na - 2 328,28		
F - 120,99	Se - 17,71	Mg - 129,21	Fe - 8,31		

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ с. Покровка (школьники)

**МЕНЮ**

на 13.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Обед</b>			
Салат "Витаминный" с кукурузой		100	105
Щи из св.капусты с картофелем, мясом, сметаной и зелены		10/250/5/1	131
Жаркое по-домашнему,,		250	351
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
<b>Итого:</b>	<b>100,00</b>	<b>876</b>	<b>811</b>
<b>Всего:</b>	<b>100,00</b>	<b>876</b>	<b>811</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в микрограммах	
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТ Е - 0,01	ВИТ А - 608,75
21,11	38,14	93,89	ВИТ В1 - 0,6	ВИТ В2 - 0,58
Минеральные вещества в миллиграммах			ВИТ С - 41,55	
Са - 153,71	К - 227,08	Р - 360,45	Na - 2 150,78	ВИТ D - 0,33
F - 103,5	Se - 19,25	Mg - 101,32	Fe - 6,01	

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Куприянова Ю.А.