



ГБОУ СОШ Ср.Аверкино (ОВЗ)

МЕНЮ

на 20.10.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		10	66
Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	265
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	59,10	505	510
Обед			
Салат из моркови с сахаром		60	31
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью на бульо		200/5/2	94
Шницель из птицы с соусом		50/50	185
Горох отварной		150	232
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		40	118
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	76,40	787	829
Всего:	135,50	1 292	1 339

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 33,76	витаВ1 - 1,07	витаВ2 - 0,2
42,98	42,33	196,69	витаЕ - 6,03	витаРР - 0,16	витаС - 32,37
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 530,45	Fe - 10,75	К - 249,38	Mg - 176,21		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Касаткина