

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Ср.Аверкино (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 08.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Котлеты из мяса с соусом.		50/50	208
Каша гречневая с растительным маслом		150	169
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	566
Обед			
Салат овощной с кукурузой и морковью .		60	58
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Сосиски отварные с соусом,		50/50	163
Рис отварной с маслом растительным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	771	800
Витаминизация			
Сок фруктовый 200 г. т/п		1	18
Итого:	33,10	1	18
Всего:	182,40	1 312	1 384

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,73	вита - 488,98	витD - 0,43
36,15	50,37	192,99	витB2 - 0,6	витB1 - 0,7	витC - 13,28
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 100,48	Se - 16,29	Ca - 246,41	Mg - 199,23		
I - 346,63	Fe - 10,87	K - 920,15	P - 560,52		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак:

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат из свеклы отварной / 1.0/	Котлеты из мяса с соусом / 1.0/	Каша гречневая с растительным маслом / 1.0/	Чай с сахаром / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/
1	Вода		0,01200	0,12000	0,21000	
2	Крупа гречневая			0,04400		
3	Лук репчатый		0,00600			
4	Масло подсолнечное	0,00400	0,00250	0,00500		
5	Мясо свинины		0,03700			
6	Сахар				0,01500	
7	Свекла	0,07100				
8	Соль поваренная пищевая йодированная	0,00200		0,00150		
9	Сухари панировочные		0,00500			
10	Хлеб пшеничный		0,00900			0,03000
11	Чай				0,00100	
12	Лук репчатый*		0,00120			
13	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (0,00100			
14	Морковь*		0,00500			
15	Мука в/с*		0,00250			
16	Сахар-песок*		0,00075			
17	Соль йодированная*		0,00060			
18	Томатная паста*		0,00200			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Салат овощной с кукурузой и морковью / 1.0/	Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью / 1.0/	Сосиски отварные с соусом / 1.0/	Рис отварной с маслом растительным / 1.0/	Компот из смеси сухофруктов + С витамин / 1.0/	Хлеб пшеничный / 1.0/	Хлеб ржаной / 1.0/
1	Аскорбиновая кислота					0,00002		
2	Вода		0,14000		0,32800	0,20000		
3	Горох		0,01620					
4	Картофель	0,02615	0,06154					
5	Компотная смесь					0,02000		
6	Кукуруза консервированная	0,02500						
7	Лимонная кислота					0,00020		
8	Лук репчатый	0,01250	0,00964					
9	Масло подсолнечное	0,00360	0,00400		0,00300			
10	Морковь	0,01884	0,01000					
11	Рис				0,05400			
12	Сахар					0,02000		
13	Соль поваренная пищевая йодированная	0,00100	0,00200		0,00300			
14	Сосиски			0,05100				
15	Укроп		0,00100					
16	Хлеб пшеничный						0,03000	
17	Хлеб ржаной							0,03000
18	Лук репчатый*			0,00120				
19	Масло подсолнечное 1 л (0.920 кг) и 09л (0,00100				
20	Морковь*			0,00500				
21	Мука в/с*			0,00250				
22	Сахар-песок*			0,00075				
23	Соль йодированная*			0,00060				
24	Томатная паста*			0,00200				

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 5 Неделя 2

N	Наименование	Сок фруктовый 200 г, т/п / 1.0/
1	Соки	1,00000

Зав. производством  (Куликова Л.А.)

Калькулятор  Куприянова Ю.А.