



Соскова К.Ю.

БОО СОШ Ср. Аверкино (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

**МЕНЮ**

на 16.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№2 Бутерброд с повидлом		60	160
№181 Каша молочная манная с м/сливочным		250/5	293
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:	86,75	555	680
<b>Витаминизация</b>			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
<b>Обед</b>			
№Акт Салат Степной		100	100
№355 Солянка по домашнему		10/10/250/1	126
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	911	952
Всего:	228,02	1 666	1 720

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 345,86	витВ1 - 1,12	витВ2 - 0,98
51,9	55,32	237,03	витС - 143,03	витЕ - 0,74	витD - 2,04
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 395,5	K - 1 580,65	Ca - 463,19	Mg - 214,15		
P - 798,44	Fe - 12,98	I - 203,31	Se - 27,8		

Зав. производством (Куликова Л.А.)

Калькулятор Фролова Л.Г.