



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Ср. Аверкино (дети мобилизованных родителей) 5-11 класс

МЕНЮ

на 02.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное		60	95
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч		250/5	309
№382 Какао с молоком		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		40	108
Итого:	86,75	555	631
Витаминизация			
№388 Напиток из плодов шиповника + С витамин		200	88
Итого:	19,81	200	88
Обед			
№Акт Салат Степной		100	100
№355 Солянка по домашнему	10/10/250/5/1		111
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	196
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	292
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	916	968
Всего:	228,02	1 671	1 687

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 442,13	ВИТВ1 - 1,11	ВИТВ2 - 1,25	
58,07	59,33	225,9	ВИТС - 141,2	ВИТЕ - 0,7	ВИТD - 4,68	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 438,68	K - 1 722,37	Ca - 486,18	Mg - 241,32			
P - 931,53	Fe - 13,84	I - 216,56	Se - 55,18			

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)
Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.