

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДЛ "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Ср.Аверкино (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 10.10.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| №Акт Салат Степной: | | 100 | 100 |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом. | | 100 | 125 |
| №202/309 Макароны изделия отварные. ** | | 180 | 202 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма* | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 108 |
| Итого: | 86,75 | 620 | 658 |
| Обед | | | |
| №75 Икра морковная: | | 100 | 115 |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе: | | 250/5/1 | 114 |
| №229 Рыба, тушенная с овощами ,, | | 100 | 105 |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч.. | | 180 | 165 |
| №АКТ Компот из свежемороженых ягод* | | 200 | 32 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 121,46 | 896 | 679 |
| Всего: | 208,21 | 1 516 | 1 337 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|-------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВитА - | ВитВ1 - | ВитВ2 - |
| 41,83 | 48,69 | 186,98 | 1 682,62 | 0,57 | 0,73 |
| | | | ВитС - 32,45 | ВитЕ - 0,37 | ВитD - 12,2 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 765,82 | K - 1 655,31 | Ca - 261,61 | Mg - 172,1 | | |
| P - 559,88 | Fe - 7,65 | I - 349,25 | Se - 24,99 | | |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.