

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



Соскова К.Ю.

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

МЕНЮ

на 21.10.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	196
№171 Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным		180	84
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	680
Витаминизация			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью		100	60
№338 Уха рыбацкая		15/250/1	308
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны отварные		180	172
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	952
Всего:	228,02	1 680	1 664

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТА - 320,89	ВИТВ1 - 0,68	ВИТВ2 - 0,55
47,28	55,5	218,33	ВИТС - 25,53	ВИТЕ - 0,36	ВИТD - 0,87
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 277,79	K - 989,85	Ca - 172,43	Mg - 131,72		
P - 514,21	Fe - 9,04	I - 241,8	Se - 27,67		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г