

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДЛ "ЗДОРОВИ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино (многодетные 5-11 класс)



СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

М Е Н Ю

на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ Печенье		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные		180	172
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	660
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
№388 Уха рыбацкая		15/250/1	220
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст		180	260
№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	1 644

Для всего меню

В граммах

Белки

53,38

Жиры

55,5

Углеводы

226,62

Витамины в миллиграммах

ВИТА - 307,35

ВИТВ1 - 0,99

ВИТВ2 - 0,63

ВИТС - 25,53

ВИТЕ - 0,36

ВИТD - 0,79

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 440,91

K - 1 499,18

Ca - 244,71

Mg - 168,17

P - 636,45

Fe - 12,67

I - 260,87

Se - 35,99

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г