

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Среднее Аверкино (ОВЗ)



М Е Н Ю

на 20.01.2025

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|--|--------|----------|-------|
| Завтрак | | | |
| №ПР Печенье | | 60 | 110 |
| №268 Котлеты из мяса с соусом. | | 100 | 89 |
| №202/309 Макароны изделия отварные | | 150 | 168 |
| №377 Чай с лимоном | | 200/3,5 | 97 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 78,68 | 544 | 545 |
| Обед | | | |
| №45 Салат из белокочанной капусты с морковью | | 60 | 32 |
| №388/625 Уха рыбацкая | | 15/200/1 | 190 |
| №243/759 Сосиски отварные с томатным соусом | | 100 | 149 |
| №199 Пюре из бобовых с м/растит | | 150 | 185 |
| №342 Компот из свежих яблок | | 200 | 115 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 110,17 | 786 | 818 |
| Всего: | 188,86 | 1 330 | 1 363 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-----------|------|----------|-------------------------|--------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | витD | вита А | витВ1 |
| 46,2 | 47,4 | 191,16 | 0,79 | 226,63 | 0,96 |
| | | | 0,61 | 0,36 | 19,66 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|-------------|-------------|---------------|------------|
| Ca - 231,6 | F - 156,95 | Fe - 12,95 | I - 218,13 |
| K - 1 326,7 | Mg - 162,96 | Na - 2 089,77 | P - 644,86 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г