

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДБ "ЗДОРОВИ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино (многодетные 5-11 класс)

М Е Н Ю

на 20.01.2025

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:	91,52	574	660
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:	128,14	906	952
Всего:	219,66	1 480	1 612

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,79	вита - 307,35	витB1 - 0,99
52,71	55,2	218,94	витB2 - 0,63	витаE - 0,36	витC - 25,53

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 244,41	F - 162,37	Fe - 12,62	I - 260,87
K - 1 499,18	Mg - 168,17	Na - 2 440,91	P - 636,45

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.