

ТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино (5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



М Е Н Ю

на 30.01.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№54 Салат из свеклы с яблоками		100	104
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	172
№883/Акт Кисель		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	625
Обед			
№62 Салат из моркови (припуц.) с сахаром		100	98
№103 Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	118
№270 Котлеты "Московские"		100	171
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	249
№АКТ Компот из свежемороженых ягод		200	32
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	891	816
Всего:	219,66	1 501	1 441

Для всего меню

В граммах
Белки 48,94
Жиры 49,14

Углеводы 203,36

витD - 8,92
витB2 - 0,62

Витамины в миллиграммах
вита А - 1 476,03
вита В1 - 0,66
вита Е - 0,36
вита С - 29,45

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 200,7 F - 129,09 Fe - 10,24 I - 267,23
К - 1 066,42 Mg - 185,92 Na - 2 536,96 P - 521,73

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.