

СНИП 1186313023533

Директор школы _____

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино(5-11 класс)

на 02.09.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.		100	179
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№348 (АКТ) Компот из изюма*		200	122
№ПР Хлеб пшеничный *		35	82
Итого:	91,52	615	650
Обед			
№75 Икра свекольная*		100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	117
№229 Рыба, тушеная с овощами		50/50	220
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	165
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	896	870
Всего:	219,66	1 511	1 520

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
47,86	48,81	226,34

ВИТА - 1 742,15	ВИТВ1 - 0,64	ВИТВ2 - 0,76
ВИТС - 37,03	ВИТЕ - 0,37	ВИТД - 12,19

Na - 2 486,38	K - 1 901,72	Ca - 283,06
P - 603,28	Fe - 8,61	I - 315,99

Mg - 192,47
Se - 25,08

Калькулятор Еремеева М.С.