

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино(мобилизованные 14 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

на 14.10.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход   | Ккал  |
|--------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |         |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*         |        | 60      | 38    |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом. |        | 100     | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р*        |        | 150     | 168   |
| №348 (АКТ) Компот из изюма*                      |        | 200     | 122   |
| №ПР Хлеб пшеничный *                             |        | 35      | 82    |
| Итого:                                           | 78,68  | 545     | 591   |
| <b>Обед</b>                                      |        |         |       |
| №75 Икра свекольная**                            |        | 60      | 111   |
| №96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью |        | 200/5/1 | 160   |
| №229 Рыба, тушенная с овощами                    |        | 100     | 220   |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч.               |        | 150     | 137   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30      | 67    |
| Итого:                                           | 110,17 | 776     | 811   |
| Всего:                                           | 188,85 | 1 321   | 1 402 |

### Для всего меню

| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | вита - 1                | витВ1 - 0,62 | витВ2 - 0,75 |
| 46,16                               | 43,54        | 205,95      | вита - 1 701,77         | витЕ - 0,37  | витD - 12,19 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |              |
| Na - 2 166,08                       | K - 1 823,32 | Ca - 278,11 | Mg - 186,79             |              |              |
| P - 588,77                          | Fe - 8,36    | I - 280,02  | Se - 24,73              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Еремеева М.С.