

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино(многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 04.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№270 Котлеты "Московские"		100	139
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№883/Акт Кисель*		200	119
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	610	675
Обед			
№63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**		100	64
№355 Солянка по домашнему**	10/10/250/5/1		127
№290/АКТ Птица тушеная в сметанном соусе		100	141
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	916	816
Всего:	219,66	1 526	1 491

Для всего меню

Белки 50,79
Жиры 50,83
Углеводы 229,8

Витамины в миллиграммах
витА - 1 329,77
витВ1 - 0,65
витВ2 - 0,68
витС - 26,53
витЕ - 0,36
витD - 8,91

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 436,26
K - 1 135,17
Ca - 232,79
P - 553,46
Fe - 9,65
I - 193,34

Mg - 184,6
Se - 22,71

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Еремеева М.С.