

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО КДП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино(мобилизованные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



М Е Н Ю

на 08.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход      | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |            |       |
| №2 Бутерброд с повидлом**,                            |        | 60         | 110   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..     |        | 250/5      | 375   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200        | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35         | 89    |
| Итого:                                                | 91,52  | 550        | 680   |
| <b>Обед</b>                                           |        |            |       |
| №ПР Икра кабачковая*                                  |        | 100        | 134   |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем,мясом,сметаной и зе |        | 10/250/5/1 | 117   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе               |        | 100        | 101   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным.                      |        | 180        | 232   |
| №342 Компот из свежих яблок                           |        | 200        | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30         | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30         | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 906        | 846   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 456      | 1 525 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы    | вита - 303,29           | витВ1 - 0,65 | витВ2 - 0,68 |
| 45,45                               | 47,75       | 204,77      | витС - 20,86            | витЕ - 0,4   | витD - 0,48  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |             |                         |              |              |
| Na - 2 437,47                       | K - 1 230,6 | Ca - 371,35 | Mg - 193,55             |              |              |
| P - 645,36                          | Fe - 10,31  | I - 212,74  | Se - 37,14              |              |              |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Еремеева М.С.