

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И СЫТА"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино(5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Аверкина



М Е Н Ю

на 08.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№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
Обед			
№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* (Куликова Л.А)

Калькулятор *Еремеева* Еремеева М.С.