

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Среднее Аверкино (Многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Литеряева

МЕНЮ

на 12.12.2025

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№209 Яйцо вареное **		60	95
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	126
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	91,52	570	610
Обед			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью**		10/250/1	184
№259 Жаркое из птицы. **		250	291
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	871	816
Всего:	219,66	1 441	1 426

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 434,77	витВ1 - 0,75 витВ2 - 0,94
50,83	48,57	205,35		
Минеральные вещества в миллиграммах				
Na - 2 324,7	K - 1 445,07	Ca - 225,68	Mg - 187,28	
P - 639,14	Fe - 10,99	I - 243,42	Se - 44,79	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Пряникова Екатерина Александровна