

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

БОУ СОШ Среднее Аверкино (Дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

М Е Н Ю

на 26.12.2025

| Наименование блюда                             | Цена   | Выход    | Ккал  |
|------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                 |        |          |       |
| №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   |
| <b>Обед</b>                                    |        |          |       |
| №45 Салат из белокочанной 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 А - 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 Екатерина Александровна