

ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино ( 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

# МЕНЮ

на 30.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход    | Ккал  |
|--------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |          |       |
| № Печенье**                                      |        | 60       | 189   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе          |        | 100      | 101   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.             |        | 180      | 203   |
| №376 Чай с сахаром                               |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30       | 81    |
| Итого:                                           | 91,52  | 570      | 680   |
| <b>Обед</b>                                      |        |          |       |
| №67 Винегрет овощной ,                           |        | 100      | 125   |
| №116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью* |        | 15/250/1 | 138   |
| №268/АКТ Биточки из мяса с соусом,               |        | 100      | 165   |
| №202/309 Макаaronные изделия отварные с м/р.     |        | 180      | 202   |
| №342 Компот из свежих яблок                      |        | 200      | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30       | 67    |
| Итого:                                           | 128,14 | 906      | 892   |
| Всего:                                           | 219.66 | 1 476    | 1 572 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |               |               |
|-----------|-------|----------|-------------------------|---------------|---------------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | вита - 348,29           | витаВ1 - 0,71 | витаВ2 - 0,67 |
| 52,12     | 50,29 | 209,49   | витаС - 9,86            | витаЕ - 0,36  | витаD - 0,52  |

### Минеральные вещества в миллиграммах

|               |            |             |            |
|---------------|------------|-------------|------------|
| Na - 2 892,98 | K - 835,97 | Ca - 141,34 | Mg - 161   |
| P - 525,99    | Fe - 10,2  | I - 272,99  | Se - 22,44 |

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

## Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна