

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



ГБОУ СОШ Среднее Аверкино (5-11класс)



Директор школы №

на 04.02.2026

| Наименование блюда                              | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                  |        |         |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги**       |        | 100     | 64    |
| №289 Рагу овощное из птицы..                    |        | 250     | 319   |
| №376 Чай с сахаром                              |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                              |        | 40      | 118   |
| Итого:                                          | 100,00 | 590     | 608   |
| <b>Обед</b>                                     |        |         |       |
| №Акт Салат Степной:.                            |        | 100     | 61    |
| №99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью* |        | 250/5/1 | 154   |
| №Акт Бигус с сосиской**                         |        | 250     | 387   |
| №388 Напиток из плодов шиповника                |        | 200     | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный                              |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                        |        | 30      | 67    |
| Итого:                                          | 138,00 | 866     | 838   |
| Всего:                                          | 238,00 | 1 456   | 1 445 |

|       |           |          |
|-------|-----------|----------|
|       | В граммах |          |
| Белки | Жиры      | Углеводы |
| 49,5  | 55,2      | 196,48   |

|                 |              |              |
|-----------------|--------------|--------------|
| ВИТА - 2 147,62 | ВИТВ1 - 0,47 | ВИТВ2 - 0,82 |
| ВИТС - 199,79   | ВИТЕ - 0,34  | ВИТD - 0,45  |

|               |              |             |
|---------------|--------------|-------------|
| Na - 2 775,29 | K - 1 949,81 | Ca - 291,96 |
| P - 522,32    | Fe - 8,9     | I - 270,48  |

Mg - 174,14  
Se - 42.95

### Калькулятор

Фролова Л.Г.