

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП Здоров и Сыт"

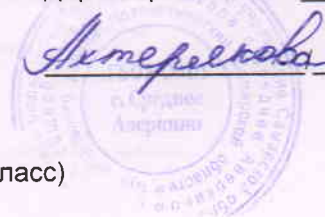


Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино(овз 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



МЕНЮ

на 20.01.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом		100	85
№270 Котлеты "Московские"		100	114
№202/309 Макароны изделия отварные с м/р.		180	202
№349 Компот из смеси сухофруктов*		200	133
№ПР Хлеб пшеничный		40	118
Итого:	95,46	620	652
Обед			
№75 Икра свекольная*		100	185
№96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены		250/5/1	127
№278 Тефтели тушеные в соусе "		100	145
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№389 Сок фруктовый в ассортименте		200	35
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	896	843
Всего:	229,11	1 516	1 496

Для всего меню

В граммах
Белки 45 Жиры 46 Углеводы 229,8

Витамины в миллиграммах
вита А - 335,1 витВ1 - 0,88 витВ2 - 0,8
витС - 36,18 вите - 0,36 витD - 0,65

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 3 482,64 K - 1 161,24 Ca - 277,02 Mg - 187,4
P - 559,08 Fe - 10,76 I - 338,39 Se - 26,33

Зав. производством _____

(Куликова Л.А)

Калькулятор _____

Еремеева М.С.