

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)



## МЕНЮ

на 30.01.2026

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-----------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                      |        |         |       |
| №ПР Вафли*,                                         |        | 60      | 155   |
| №259 Жаркое из птицы. **                            |        | 250     | 291   |
| №376 Чай с сахаром                                  |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный*.*                               |        | 45      | 108   |
| Итого:                                              | 95,46  | 555     | 661   |
| <b>Обед</b>                                         |        |         |       |
| №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком*        |        | 100     | 90    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе |        | 250/5/1 | 144   |
| №268/759 Шницель из мяса с соусом,                  |        | 100     | 196   |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст...                  |        | 180     | 203   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                   |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                            |        | 30      | 67    |
| Итого:                                              | 133,65 | 896     | 816   |
| Всего:                                              | 229,11 | 1 451   | 1 477 |

### Для всего меню

| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | витаА - 456,66          | витВ1 - 1,13 | витВ2 - 0,89 |
| 53,83                               | 54,2         | 201,26      |                         |              |              |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |              |
| Na - 2 346,14                       | K - 1 966,44 | Ca - 279,82 | Mg - 198,03             |              |              |
| P - 688,84                          | Fe - 13,12   | I - 215,9   | Se - 35,21              |              |              |

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.