

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО «КДП «ЗДОРОВ И СИТ»



Соскова К.Ю.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



**М Е Н Ю**

на 04.03.2026

| Наименование блюда               | Цена   | Выход    | Ккал  |
|----------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                   |        |          |       |
| №ПР Икра кабачковая*             |        | 100      | 134   |
| №289 Рагу овощное из птицы..     |        | 250      | 319   |
| №376 Чай с сахаром               |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный               |        | 40       | 118   |
| Итого:                           | 95,46  | 590      | 678   |
| <b>Обед</b>                      |        |          |       |
| №75 Икра морковная..             |        | 100      | 253   |
| №388 Уха рыбацкая с зеленью*     |        | 15/250/1 | 150   |
| №278 Тефтели тушеные в соусе "   |        | 100      | 145   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным. |        | 180      | 232   |
| №388 Напиток из плодов шиповника |        | 200      | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный               |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный         |        | 30       | 67    |
| Итого:                           | 133,65 | 906      | 1 015 |
| Всего:                           | 229,11 | 1 496    | 1 692 |

Для всего меню

| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |             |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|-------------|--------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | вита А -                | витаВ1 -    | витаВ2 -     |
| 55,39                               | 52,14        | 231,67      | 1 469,68                | 0,6         | 0,82         |
|                                     |              |             | витаС - 157,81          | витаЕ - 0,7 | витаD - 0,54 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |             |              |
| Na - 2 645,76                       | K - 1 624,58 | Ca - 180,87 | Mg - 159,37             |             |              |
| P - 549,56                          | Fe - 8,33    | I - 219,35  | Se - 29,58              |             |              |

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.