

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ИДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Среднее Аверкино ( многодетные 5-11 класс )



**МЕНЮ**

на 16.03.2026

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№2 Бутерброд с повидлом**		60	110
№173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.*.*		250/10	337
№376 Чай с сахаром		200	106
№ПР Хлеб пшеничный***		35	89
Итого:	95,46	555	642
<b>Обед</b>			
№ПР Икра кабачковая*		100	134
№88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленью.		250/5/1	97
№290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе		100	101
№303/Акт Каша гречневая с маслом сл.		180	203
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	133,65	896	797
Всего:	229,11	1 451	1 438

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
45,01		54	198,8	вита - 108,68	витВ1 - 0,78	витВ2 - 0,77
				витС - 33,79	витРР - 0,16	витЕ - 1,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 079,63	K - 1 112,53	Ca - 425,64	Mg - 263,36
P - 737,13	Fe - 12,56	I - 157,97	Se - 35,9

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г