

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (1-4 класс)



МЕНЮ

на 11.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное		60	95
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Какао с молоком		200	81
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	524
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат "Витаминный"		60	93
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	84
Тефтели тушеные в соусе		100	196
Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
Компот из изюма + С витамин.		200	122
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	886
Всего:	180,75	1 381	1 457

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD	витА	витВ1
48,83	49,05	199,41	4,68	487,35	1,05
			витВ2	витЕ	витС
			1,22	0,36	18,94
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 484,37	F - 208,06	Fe - 14,27	I - 235,37		
К - 1 855,59	Mg - 232,49	Na - 2 405,68	P - 872,93		

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

МЕНЮ

на 11.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное		60	95
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.		200/5	247
Какао с молоком..		200	81
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	505	524
Витаминизация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Обед			
Салат "Витаминный"		60	93
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	84
Тефтели тушеные в соусе "		100	196
Пюре из бобовых с м/растит.		150	243
Компот из изюма + С витамин.		200	122
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	886
Витаминизация2			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	198,76	1 581	1 541

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
49,83	49,05	219,61	витD - 4,68	вита - 487,35	витB1 - 1,07
			витB2 - 1,22	витаE - 0,36	витC - 22,94

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 498,37	F - 208,06	Fe - 14,87	I - 235,37
K - 1 855,59	Mg - 240,49	Na - 2 405,68	P - 886,93

Зав. производством _____

(Куликова Л.А.)

Калькулятор _____

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



Соскова К.Ю.

ТБОУ СОШ Красносамарское (дети мобилизованных родителей)

М Е Н Ю

на 11.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яйцо вареное		60	95
Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч..		250/5	309
Какао с молоком		200	81
Хлеб пшеничный		40	101
Итого:	67,80	555	585
Витаминация			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	85,81	655	632

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
23,62		20,41	86,16	витВ1 - 0,29 витВ2 - 0,67 витС - 5,04
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 299,77	F - 107,25	Fe - 6,1	I - 66,96	
К - 751,96	Mg - 108,41	Na - 658,47	P - 442,7	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г