

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (1-4 класс)



МЕНЮ

на 13.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	80
Рагу овощное из птицы.		200	223
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	505	567
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из редьки		60	47
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		200/5/1	91
Шницель из мяса с соусом		100	196
Каша гречневая рассыпчатая		150	244
Компот из кураги. + С витамин		200	121
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	847
Всего:	180,75	1 481	1 499

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,57	45,04	205,55	витD - 0,58	вита - 766,42	витB1 - 0,84
			витB2 - 0,93	витаE - 0,55	витPP - 0,15
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 262,6	F - 250,02	Fe - 13,24	I - 215,43		
K - 1 774,2	Mg - 269,61	Na - 2 364,7	P - 652,22		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
 ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)



М Е Н Ю

на 13.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	80
Рагу овощное из птицы		200	223
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	505	567
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Обед			
Салат из редьки		60	47
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелень		200/5/1	91
Шницель из мяса с соусом		100	196
Каша гречневая рассыпчатая		150	244
Компот из кураги.+ С витамин		200	121
Хлеб пшеничный		30	81
Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	94,94	776	847
Витаминизация2			
Яблоко		100	47
Итого:	18,01	100	47
Всего:	198,76	1 581	1 546

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 0,58	витА - 769,42	витВ1 - 0,86
43,97	45,44	215,35	витВ2 - 0,95	витЕ - 0,55	витРР - 0,15

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 276,68	F - 257,06	Fe - 15,15	I - 217,19
К - 2 004,94	Mg - 277,44	Na - 2 384,46	P - 661,79

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Красносамарское (дети мобилизованных родителей)

МЕНЮ

на 13.10.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		100	134
Рагу овощное из птицы		250	279
Чай с сахаром		200	93
Хлеб пшеничный		45	170
Итого:	67,80	595	676
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	85
Итого:	18,01	200	85
Всего:	85,81	795	761

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
23,89		20,74	97,19	витВ1 - 0,23 витВ2 - 0,31 витС - 18,69
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 91,8	F - 189,54	Fe - 4,48	I - 44,63	
K - 978,55	Mg - 75,19	Na - 960,7	P - 243,23	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.