

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

МЕНЮ

на 23.10.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| Икра морковная | | 60 | 69 |
| Сосиски отварные с томатным соусом | | 100 | 149 |
| Каша гречневая рассыпчатая, | | 150 | 244 |
| Кисель + С витамин. | | 200 | 119 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 67,80 | 540 | 662 |
| Витаминизация | | | |
| Сок фруктовый | | 200 | 85 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 85 |
| Обед | | | |
| Икра кабачковая.. | | 60 | 80 |
| Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью | | 200/5/1 | 80 |
| Плов из птицы | | 200 | 305 |
| Компот из смеси сухофруктов + С витамин | | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 94,94 | 726 | 746 |
| Витаминизация2 | | | |
| Яблоко | | 100 | 47 |
| Итого: | 18,01 | 100 | 47 |
| Всего: | 198,76 | 1 566 | 1 540 |

Для всего меню

| В граммах | | |
|-----------|-------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 45,27 | 44,28 | 234,47 |

| Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------|-----------------|--------------|
| витD - 8,8 | вита - 1 361,63 | витB1 - 0,52 |
| витB2 - 0,63 | вите - 0,91 | витC - 45,95 |

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|--------------|-------------|---------------|------------|
| Ca - 285,64 | F - 219,41 | Fe - 12,36 | I - 246,06 |
| K - 1 093,06 | Mg - 259,95 | Na - 2 352,77 | P - 615,72 |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 23.10.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| Икра морковная | | 60 | 69 |
| Сосиски отварные с томатным соусом | | 100 | 149 |
| Каша гречневая рассыпчатая, | | 150 | 244 |
| Кисель + С витамин. | | 200 | 119 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 67,80 | 540 | 662 |
| Витаминизация | | | |
| Сок фруктовый | | 200 | 85 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 85 |
| Обед | | | |
| Икра кабачковая | | 60 | 80 |
| Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью | | 200/5/1 | 80 |
| Плов из птицы | | 200 | 305 |
| Компот из смеси сухофруктов + С витамин | | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 94,94 | 726 | 746 |
| Всего: | 180,75 | 1 466 | 1 493 |

Для всего меню

В граммах

Белки

44,87

Жиры

43,88

Углеводы

224,67

витD - 8,8

витB2 - 0,61

Витамины в миллиграммах

вита - 1 358,63

витаE - 0,91

витB1 - 0,5

витC - 41,95

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 271,56

F - 212,37

Fe - 10,45

I - 244,3

K - 862,32

Mg - 252,12

Na - 2 333,01

P - 606,15

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)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

МЕНЮ

на 23.10.2023

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|------------------------------------|-------|-------|------|
| Завтрак | | | |
| Икра морковная | | 100 | 115 |
| Сосиски отварные с томатным соусом | | 100 | 149 |
| Каша гречневая с маслом сл. | | 180 | 293 |
| Кисель + С витамин. | | 200 | 119 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| Итого: | 78,86 | 610 | 757 |
| Витаминация | | | |
| Сок фруктовый | | 200 | 85 |
| Итого: | 18,01 | 200 | 85 |
| Всего: | 96,87 | 810 | 842 |

Для всего меню

| | | | |
|-------|-----------|-------|----------|
| Белки | В граммах | Жиры | Углеводы |
| 21,58 | | 27,23 | 126,11 |

витD - 8,57
витB2 - 0,2

Витамины в миллиграммах
вита - 922,9 витB1 - 0,24
витE - 0,36 витC - 23,46

Минеральные вещества в миллиграммах

| | | | |
|-------------|-------------|---------------|------------|
| Ca - 120,25 | F - 49,02 | Fe - 5,29 | I - 110,4 |
| K - 276,8 | Mg - 125,86 | Na - 1 047,59 | P - 274,14 |

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Фролова Л.Г.