

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Красносамарское (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



МЕНЮ

на 30.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	36
№233 Рыба запеченная под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
Итого:	74,58	560	570
Обед			
№Акт Салат Степной:		60	60
№355 Солянка по домашнему		10/10/200/5/1	111
№270 Котлеты "Московские"		100	167
№202/309 Макароны изделия отварные		150	168
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	796	768
Всего:	179,01	1 356	1 339

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витD - 10,8	вита - 486,82
45,97	43,3	175,94		витВ1 - 0,71
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 259,64	F - 510,09	Fe - 9,16	I - 335,81	
K - 1 716,96	Mg - 147,69	Na - 2 863,9	P - 596,7	

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 30.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью		60	36
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч.		150	137
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
Итого:	74,58	560	570
Всего:	74,58	560	570

Для всего меню

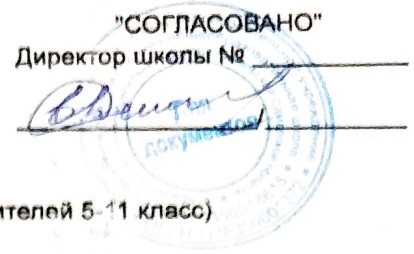
В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витВ1 - 0,25	витВ2 - 0,38	витС - 19,69
14,77	14,08	73,39			

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 161,05	F - 440,28	Fe - 3,29	I - 217,29
К - 1 091,6	Mg - 83,34	Na - 1 341,71	P - 307,28

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

Калькулятор Фролова Л.Г. Фролова Л.Г.



Соскова К.Ю.
ГБОУ СОШ Красносамарское (дети мобилизованных родителей 5-11 класс)

МЕНЮ на 30.01.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№233 Рыба запеченая под молочным соусом		100	127
№312 Пюре картофельное с м/сливоч..		180	165
№376 Чай с сахаром		200	93
№ПР Хлеб пшеничный		50	177
Итого:	86,75	630	622
Обед			
№Акт Салат Степной		100	100
№355 Солянка по домашнему		10/10/250/5/1	111
№270 Котлеты "Московские"		100	167
№202/309 Макароны изделия отварные.		180	202
№342 Компот из свежих яблок + С витамин		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	916	842
Всего:	208,21	1 546	1 464

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	ВитD - 10,8	Витамины в миллиграммах
48,9	48,93	191,61		вита А - 567,39 вита В1 - 0,72
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 276,17	F - 512,37	Fe - 9,37	I - 360,42	
К - 1 803,03	Mg - 153,71	Na - 3 064,95	P - 607,83	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)
Калькулятор _____ Фролова Л.Г.