

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"



Юдина И.В.

ГБОУ СОШ №1 с. Б.Глушица (ШКОЛЬНИКИ)

МЕНЮ

на 12.01.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко*		100	44
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным*		180/30	405
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	540	581
Обед			
Салат овощной с кукурузой и морковью		60	58
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/2	103
Рыба, тушенная с овощами		100	168
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	147
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб жано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	777	715
Всего:	162,74	1 317	1 296

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 0,01	ВИТА - 878,08	ВИТВ2 - 0,84
35,85	30,4	201,25	ВИТВ1 - 0,49	ВИТС - 35,53	ВИТD - 10,94
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 332,09	I - 321,94	P - 626,02	Na - 2 396,86		
P - 51,47	Se - 26,11	Mg - 170,59	Fe - 8,57		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.