

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО КИДП-ЗАРАД



Юдина И.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



ГБОУ СОШ Б.Глушица №1 (5-7 классы)

**М Е Н Ю**

на 22.03.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
Икра кабачковая..		60	74
Биточки из мяса с соусом,		50/50	202
Макаронные изделия отварные **		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	70
<b>Итого:</b>	<b>62,20</b>	<b>544</b>	<b>595</b>
<b>Обед</b>			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым .		60	35
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу		200/5/1	77
Жаркое по-домашнему из отварного мяса		200	290
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
<b>Итого:</b>	<b>87,10</b>	<b>726</b>	<b>626</b>
<b>Всего:</b>	<b>149,30</b>	<b>1 270</b>	<b>1 222</b>

Для всего меню

В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы
34,08	52,55	156,28

Витамины в миллиграммах		
витЕ - 10,84	витА - 188,53	витD - 0,75
витВ2 - 0,59	витВ1 - 0,83	витС - 33,66

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 100,85	Se - 15,19	Ca - 191,43	Mg - 108,94
I - 165,45	Fe - 8,71	K - 1 119,85	P - 452,26

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

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.