

"УТВЕРЖДАЮ"



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Соколов



Юдина И.В.

ГБОУ СОШ с. Большая Глущица.1 (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 28.09.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.	10	58	
Котлеты рыбные с соусом.	50/50	132	
Пюре картофельное с м/сливоч.	150	131	
Чай с лимоном	200/3,5	62	
Хлеб пшеничный	40	94	
Итого:	62,20	504	477
Обед			
Салат из белокачанной капусты с зеленью	60	51	
Суп из овощей со сметаной и зеленью на бульоне	200/5/1	54	
Плов с мясом,	200	376	
Компот из изюма + С витамин.	200	118	
Хлеб пшеничный	30	70	
Хлеб ржаной	30	78	
Итого:	87,10	726	748
Всего:	149,30	1 230	1 225

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
31,67	47,12	175,85

витE - 0,37	витамины в милиграммах
витB1 - 0,7	витA - 459,58 витB2 - 0,79
	витC - 32,52 витD - 7,91

Минеральные вещества в милиграммах

Ca - 304	I - 298,37	P - 512,79	Na - 2 645,53
F - 358,57	Se - 25,54	Mg - 140,89	Fe - 7,63

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.