

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДК-ЗАПАД"



Одина И.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____



ГБОУ СОШ Б.Глушица №1 5-11 классы

МЕНЮ

на 22.02.2022

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|---------|-------|
| Завтрак | | | |
| Икра кабачковая.. | | 60 | 74 |
| Биточки из мяса с соусом, | | 50/50 | 202 |
| Макаронные изделия отварные с м/ сливочным | | 150 | 188 |
| Чай с лимоном | | 200/3,5 | 62 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 70 |
| Итого: | 62,20 | 544 | 595 |
| Обед | | | |
| Салат из моркови с сахаром,, | | 60 | 31 |
| Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью.. | | 200/5/1 | 77 |
| Жаркое по-домашнему | | 200 | 290 |
| Сок фруктовый | | 200 | 76 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 70 |
| Хлеб ржаной | | 30 | 78 |
| Итого: | 87,10 | 726 | 622 |
| Всего: | 149,30 | 1 270 | 1 218 |

Для всего меню

В граммах
Белки 34,32
Жиры 49,55
Углеводы 161,84

Витамины в миллиграммах
ВИТЕ - 10,84
ВИТВ2 - 0,62
ВИТА - 1 339,07
ВИТВ1 - 0,85
ВИТD - 0,75
ВИТС - 35,21

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 130,07 Se - 15,21 Ca - 194,75 Mg - 123,81
I - 168,09 Fe - 8,8 K - 1 165,1 P - 469,2

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ (Куприянова Ю.А.)