



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Юдина И.В.



ГБОУ СОШ Б.Глушица №1 (5-11 классы)

МЕНЮ

на 28.02.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	250
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	503	516
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью..		200/5/1	77
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Компот из свежих яблок + С витамин		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	805
Всего:	149,30	1 279	1 322

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 0,96	ВИТА - 257,51	ВИТD - 0,48
34,14	46,22	192,26	ВИТB2 - 0,74	ВИТB1 - 0,52	ВИТC - 20,04
Минеральные вещества в миллиграммах					
F - 119,46	Se - 20,23	Ca - 475,11	Mg - 133,31		
I - 206,81	Fe - 7,28	K - 929,21	P - 637,16		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ Куприянова Ю.А.