

ТВЕРЖДАЮ"

Директор



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ "ОЦ" с. Старая Шентала (ОВЗ)

СОГЛАСОВАНО" Директор школы №



МЕНЮ

на 21.12.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Фрукт.		100	42
Итого:	19,09	100	42
Завтрак			
Омлет натуральный ..		60	112
Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	253
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	62,20	505	601
Обед			
Салат из белокачанной .капусты с зеленью		60	51
Суп из овощей со сметаной и зеленью		200/5/1	54
Тертели тушеные в соусе		110	224
Каша гречневая рассыпчатая,		150	249
Компот из изюма + С витамин.		200	118
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб борожанно пшеничный		30	78
Итого:	87,10	786	844
Витаминизация2			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Всего:	187,48	1 591	1 564

Для всего меню

В граммах	Белки	Жиры	Углеводы
	42,73	51,7	228,23

Витамины в миллиграммах		
витЕ - 129,52	витА - 419	витВ2 - 0,89
витВ1 - 0,96	витС - 28,25	витРР - 0,02

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 443,14	І - 224,42	Р - 814,89	Na - 2 371,42
К - 151,45	Se - 24,67	Mg - 281,29	Fe - 14,21

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.