



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ с. Старая Шентала (1-4 класс)

М Е Н Ю

на 07.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Апельсины*		100	40
Итого:	19,09	100	40
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	58
Птица тушеная в соусе		50/50	142
Каша гречневая с маслом сливочным*		150	153
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	485
Обед			
Салат овощной с кукурузой и морковью .		60	58
Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью		200/5/2	103
Рыба, тушеная с овощами		50/50	108
Пюре картофельное с м/сливоч.		150	131
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	777	672
Всего:	168,39	1 417	1 197

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
39,62	38,75	172,34

Витамины в миллиграммах

витЕ - 0,41	вита - 896,92	витВ2 - 0,74
витВ1 - 0,59	витС - 87,21	витD - 0,59

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 317,72	І - 454,93	Р - 630,36	Na - 3 573,62
F - 605,05	Se - 30,37	Mg - 237,92	Fe - 9,7

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)
 Калькулятор _____ стажер кальк.