



Воробьев П.В.
ГБОУ СОШ "ОЦ" с.Старая Шентала (1-4 класс)

МЕНЮ на 07.02.2023

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая		60	74
Котлеты из мяса с соусом.		100	190
Каша гречневая с маслом сливочным		150	159
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		30	71
Итого:	67,80	544	555
Обед			
Салат "Витаминный"		60	93
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бу		200/5/1	92
Жаркое по-домашнему из отварного мяса		200	438
Напиток из плодов шиповника		200	100
Хлеб пшеничный		30	71
Хлеб ржано пшеничный		30	78
Итого:	94,94	726	870
Всего:	162,74	1 270	1 425

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	ВИТЕ - 0,89	ВИТА - 589,52	ВИТВ2 - 0,73
33,23	52,85	157,57	ВИТВ1 - 0,88	ВИТС - 163,43	ВИТD - 0,78
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 172,72	I - 205,13	P - 511,78	Na - 2 030,17		
F - 106,14	Se - 19,92	Mg - 174,09	Fe - 9,78		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.