

Согласовано:

Директор ГБОУ СОШ с. Заплавное

Самболюкский И.И.

Утверждаю:

И.И. Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ

7 СЕНТЯБРЯ 2021 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал		
ЗАВТРАК					
54-1г-2020	Макароны отварные	180	202		
54-3соус-20	Соус красный основной	30	73,1		
54-5м-2020	Котлеты из курицы	50	127,1		
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42		
Итого		500	516,42		
Стоимость завтрака		59,10			
ОБЕД					
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал	Выход гр	Энер цен Ккал
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	665,7	250	832,13
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	238,9	150	238,9
54-3соус-20	Соус красный основной	30	73,1	30	73,1
54-23м-2020	Биточек из курицы	50	127,1	50	127,1
49	Салат витаминный	40	57,42	40	57,42
348	Компот из свежих яблок	200	97,6	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42	60	131,1
Пром.	Хлеб ржаной	20	43,71	30	65,57
Итого		730	1390,95	810	1622,92
Стоимость обеда		75,00		80,00	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
91,1	52,67	268,4	1680	561,1	1139	57,79					
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
813,4	1,18	0,59					73,21				22,58