

Согласовано:
и.о. Директора ГБОУ СОШ с. Заплавное
Гусева Л.С.

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
03 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5-11 кл	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-1г-2020	Макароны отварные	180	202
449	Зразы с соусом	100	127
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		510	443,22
Стоимость завтрака		62,20	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл	Энер цен Ккал
54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	250	120,07
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	127,1
80	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	133
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		860	831,2
Стоимость обеда		87,10	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe					
54,19	43,67	166,87	335,6	335,45	533,27	9,09					
Витамины, мг											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
209,61	0,41	0,31					27,96				9,98