

Согласовано:  
 Директор ГБОУ СОШ с. Заплавное  
 Самбольский И.Л.

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

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ  
20 ОКТЯБРЯ 2021 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энерг цен Ккал		
<b>ЗАВТРАК</b>					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	180	251		
374	Шарлотка	120	209		
648	Кисель + С витаминизация	200	145,08		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42		
Итого		540	692,5		
Стоимость завтрака		59,10			
<b>ОБЕД</b>					
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энерг цен Ккал	Выход гр	Энерг цен Ккал
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	119,6	250	149,5
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	150	210,11	150	210,11
54-24м-2020	Шницель из курицы	50	127,1	50	127,1
54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	40	96,7	40	96,7
54-6хн-2020	Компот из вишни	200	42,8	200	42,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42	60	131,1
Пром.	Хлеб ржаной	20	43,71	30	65,57
Итого		700	727,44	780	822,88
Стоимость обеда		75,00		80,00	

**Для всего меню в граммах содержится**

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
43,16	41,7	194,64	266,8	239,2	390,9	4,2					
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.
556,08	0,33	0,4					114,3				6,63