

Согласовано:

и.о. Директора ГБОУ СОШ с. Заплавное

Гусева Л.



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



ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ

22 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

| № рецептур         | Наименование блюда           | Выход гр 1-11 кл, ОБЗ | Энер цен Ккал |
|--------------------|------------------------------|-----------------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>     |                              |                       |               |
| 54-16к-2020        | Каша "Дружба"                | 200                   | 178           |
| 54-1з-2020         | Сыр твердых сортов в нарезке | 20                    | 53,7          |
| 54-9в-2020         | Булочка школьная             | 60                    | 173,8         |
| 699                | Напиток апельсиновый         | 200                   | 97,6          |
| Итого              |                              | 480                   | 503,1         |
| Стоимость завтрака |                              | 62,20                 |               |
| <b>ОБЕД</b>        |                              |                       |               |
| № рецептур         | Наименование блюда           | Выход гр 1-11 кл, ОБЗ | Энер цен Ккал |
| 54-2с-2020         | Борщ с капустой и картофелем | 250                   | 713           |
| 54-11г-2020        | Картофельное пюре            | 180                   | 174,96        |
| 347                | Биточки морские              | 110                   | 106           |
| 54-2з-2020         | Огурец в нарезке             | 60                    | 11,3          |
| 348                | Компот из свежих яблок       | 200                   | 97,6          |
| Пром.              | Хлеб пшеничный               | 40                    | 87,42         |
| Пром.              | Хлеб ржаной                  | 30                    | 43,71         |
| Итого              |                              | 870                   | 1233,99       |
| Стоимость обеда    |                              | 87,10                 |               |

**Для всего меню в граммах содержится**

| Пищевые вещества, г |         |          | Минеральные вещества, мг |         |          |           |        |         |        |         |         |
|---------------------|---------|----------|--------------------------|---------|----------|-----------|--------|---------|--------|---------|---------|
| Белки               | Жиры    | Углеводы | Ca                       | Mg      | P        | Fe        |        |         |        |         |         |
| 63,72               | 63,75   | 227,58   | 3374,2                   | 393     | 1201,88  | 92,36     |        |         |        |         |         |
| 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. |
| 986,04              | 0,62    | 0,61     |                          |         |          |           | 110,78 |         |        |         | 8,34    |