

Согласовано:

Директор

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа:

ГБОУ СОШ с. Заплатинск

МЕНЮ

10 МАЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5-11 кл	Энерг. цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	154,96
54-14р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	100	221
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		510	490,18
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл	Энерг. цен Ккал
54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	250	120,07
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	238,9
298	Ленивые голубцы с соусом	110	164
58	Салат из моркови с чесноком и зеленым горошком	60	102
699	Напиток лимонный	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		870	853,7
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
47,18	47,19	188,63	1654,3	425,75	880,17	50,86					
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.
236	0,55	0,49					68,65				11,94

Согласовано:

Директор Л.С. Гусева

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа: ГБОУ СОШ с. Занавоев

МЕНЮ

11 МАЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5-11 кл	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	210,11
54-5м-2020	Котлеты из курицы	100	127,1
348	Компот из свежих яблок + С витаминизация	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	58,7
Итого		510	493,51
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл	Энер цен Ккал
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	713
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	220	323
56	Салат овощной с яблоками	60	21,06
699	Напиток апельсиновый	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		800	1285,79
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
51,73	52,1	206,83	3092,7	437,66	1116,8	93,71					
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.
931,25	0,43	0,52					98,88				15,91

Согласовано:

Директор

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа:

ГБОУ СОШ с. Запавное

МЕНЮ

12 МАЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 5-11 кл	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	172,3
54-1з-2020	сыр твердых сортов в нарезке	20	53,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
417 ↗	"Гребешок" из дрожжевого теста	80	232
Итого		500	484,8
Стоимость завтрака		67,80	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл	Энер цен Ккал
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	588
54-23г-2020	Горошница	180	245,76
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	127,1
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	114,4
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		860	1287,39
Стоимость обеда		94,94	

Для всего меню в граммах содержится

Для всего меню в граммах содержится											
Пищевые вещества, г				Минеральные вещества, мг							
Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg		P		Fe		
65,49	65,87	262,18		591,3	364,8		956,08		14,22		
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.
960,25	1,17	0,73					66,28				17,5