

Согласовано:

Директор

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Школа:

ГБОУ СОШ Терасимовна

МЕНЮ

10 МАЯ 2023 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОБЗ	Энер 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
22	Салат из моркови и яблок	60	53,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	87,42
Итого		570	543,58
Стоимость завтрака		85,81	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр мобил, ОБЗ	Энер 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.	Десерт фруктовый*	120	106
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	30	43,71
Итого		990	959,7
Стоимость обеда		112,95	

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