

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.


Школа: ГБОУ СОШ Тегасиловки

## МЕНЮ

19 МАЯ 2023 ГОД

| № рецептур         | Наименование блюда                         | Выход гр 5-11 кл | Энер цен Ккал |
|--------------------|--------------------------------------------|------------------|---------------|
| ЗАВТРАК            |                                            |                  |               |
| 54-22м-2020        | Рагу из птицы                              | 270              | 368,3         |
| 54-2гн-2020        | Чай с сахаром + С витаминизация            | 200              | 26,8          |
| Пром.              | Хлеб пшеничный                             | 30               | 87,42         |
|                    |                                            |                  |               |
| Итого              |                                            | 500              | 482,52        |
| Стоимость завтрака |                                            | 67,80            |               |
| ОБЕД               |                                            |                  |               |
| № рецептур         | Наименование блюда                         | Выход гр 1-11 кл | Энер цен Ккал |
| 54-11с-2020        | Суп картофельный с крупой (крупка пшенная) | 250              | 746           |
| 54-1г-2020         | Макароны отварные                          | 180              | 202           |
| 54-5м-2020         | Котлеты из курицы                          | 100              | 127,1         |
| 54-7з-2020         | Салат из белокочанной капусты              | 60               | 114,4         |
| 54-3гн-2020        | Чай с лимоном и сахаром                    | 200              | 27,9          |
| Пром.              | Хлеб пшеничный                             | 40               | 87,42         |
| Пром.              | Хлеб ржаной                                | 30               | 43,71         |
| Итого              |                                            | 860              | 1348,53       |
| Стоимость обеда    |                                            | 94,94            |               |

## Для всего меню в граммах содержится

| Пищевые вещества, г |         |          | Минеральные вещества, мг |         |          |           |        |         |        |         |         |
|---------------------|---------|----------|--------------------------|---------|----------|-----------|--------|---------|--------|---------|---------|
| Белки               | Жиры    | Углеводы | Ca                       |         |          | Mg        |        | P       |        | Fe      |         |
| 60,8                | 60,88   | 243,68   | 341                      |         |          | 371,8     |        | 725,02  |        | 9,5     |         |
| 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. |
| 1119,98             | 0,46    | 0,51     |                          |         |          |           | 99,6   |         |        |         | 17,9    |