

Согласовано:

Директор ГБОУ СОШ с. Герасимовка

И. Савиных



Школа ГБОУ СОШ с. Герасимовка

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.



МЕНЮ

8 НОЯБРЯ 2023 ГОД

| № рецептур                                 | Наименование блюда                             | Выход гр<br>5 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал         |        |         |         |
|--|--|------------------------|--------------------------|--------|---------|---------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                             |  |                        |                          |        |         |         |
| 54-9к-2020                                 | Каша вязкая молочная овсяная                   | 200                    | 95,6                     |        |         |         |
| 54-1з-2020                                 | Сыр твердых сортов в нарезке                   | 20                     | 33,7                     |        |         |         |
| 54-9в-2020                                 | Булочка школьная                               | 60                     | 173,8                    |        |         |         |
| 54-1хн-2020                                | Компот из смеси сухофруктов + С<br>витаминация | 200                    | 81                       |        |         |         |
| Пром                                       | Хлеб пшеничный                                 | 30                     | 87,42                    |        |         |         |
| Итого                                      |  | 510                    | 471,52                   |        |         |         |
| Стоимость завтрака                         |  | 67,80                  |                          |        |         |         |
| <b>ОБЕД</b>                                |  |                        |                          |        |         |         |
| № рецептур                                 | Наименование блюда                             | Выход гр<br>1 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал         |        |         |         |
| 54-2с-2020                                 | Борщ с капустой и картофелем                   | 250                    | 178,25                   |        |         |         |
| 54-11г-2020                                | Картофельное пюре                              | 180                    | 110                      |        |         |         |
| 230  | Рыба запеченная с соусом                       | 100                    | 74                       |        |         |         |
| 5  | Салат из капусты белокочанной и огурцов        | 60                     | 70                       |        |         |         |
| 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                    | 591,28                   |        |         |         |
| Стоимость обеда                            |  | 94,94                  |                          |        |         |         |
| <b>Для всего меню в граммах содержится</b> |  |                        |                          |        |         |         |
| Пищевые вещества, г                        |  |                        | Минеральные вещества, мг |        |         |         |
| Белки                                      | Жиры   | Углеводы               | Са                       | Mg     | Р       | Fe      |
| 46,51                                      | 46,49  | 186,05                 | 747,9                    | 425,2  | 1039,22 | 16,74   |
| Витамины, мг                               |  |                        |                          |        |         |         |
| А, мг.                                     | В1, мг.  | В2, мг.                | В6, мг.                  | С, мг. | Н, мкг. | РР, мг. |
| 1041,57                                    | 0,78   | 0,64                   |                          | 100,67 |         | 9,25    |