

Согласовано:

Директор Терасимов С. Терасимов

Юсупов А. Н. Саитов



Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.



Школа ТООЧ ерси с. Терасимовка

МЕНЮ С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ

28 ноября 2024 ГОД

ЗАВТРАК						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр Платники	Выход гр СВО	Выход гр Многолетные	Энер цен Ккал	
234	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	200	200	221,6	
188	Запеканка рисовая с творогом	150	150	150	201	
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	200	200	26,8	
63	Бутерброд с сыром	---	50	50	149	
	Итого	550	600	600	598,4	
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр Платники	Выход гр СВО		Энер цен Ккал	
113	Суп лапша по-домашнему	250	250		92,6	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	180		245,76	
279	Тефтели из курицы с соусом	110	110		323	
33	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	60		133	
348	Компот из свежих яблок	200	200		97,6	
Пром	Хлеб пшеничный	40	40		87,42	
Пром	Хлеб ржаной	30	30		43,71	
	Итого	870	870		1023,09	
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe
44,61	44,66	178,41	1954,14	383,7	1213,2	56,09
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
116,71	1,12			39,69		15,71