

Согласовано:

Директор ТБОУ СОШ с. ТераскиновкаА.А. Сахаров

Утверждаю:

ИП Какурина Л.И.

Какурина Л.И.

Для  
Документов

Школа

ТБОУ СОШ с. Тераскиновка

## МЕНЮ С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ

29 ноября 2024 ГОД

ЗАВТРАК						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр Платники	Выход гр СВО	Выход гр Многолетные	Энер цен Ккал	
54-1гн-2020	Макароны отварные	200	200	200	202	
54-5м-2020	Котлеты из курицы с соусом	100	100	100	127,1	
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	200	46	
Пром	Хлеб пшеничный	50	50	50	87,42	
543	Булочка дорожная	---	60	60	205	
33	Салат из свеклы с сыром и чесноком	---	---	100	133	
Итого		550	610	710	800,52	
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр Платники	Выход гр СВО	Энер цен Ккал		
114	Суп картофельный с крупой (крупя рисовая)	250	250	150,92		
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	180	194,96		
298	Ленивые голубцы с соусом	110	110	164		
56	Салат овощной с яблоками	60	60	21,06		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	200	26,8		
Пром	Хлеб пшеничный	40	40	87,42		
Пром	Хлеб ржаной	30	30	43,71		
Итого		870	870	688,87		
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe
38,09	38,04	152,14	171,9	224,15	382,22	5,41
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
216,37	0,28			24,16		9,89