

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП-ЗАПАД"

Лактюшина О.В.

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Куликова Л.А.

МЕНЮ

на 21.10.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из моркови с сахаром.*		50	26
Филе птицы тушеное в соусе,		40/40	124
Каша перловая с маслом.		150	187
Чай с сахаром		200	60
Батон порционно.		30	81
Итого:	57,00		478
Обед			
Огурец порционно		30	4
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной		10/200/5/1	128
Кнели из бройлеров-цыплят с рисом, со сметанным соусом		80	139
Пюре из бобовых с маслом		150	243
Компот из св.яблок + С витамин		200	114
Хлеб пшеничный*		30	80
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:	71,00		776
Всего:	128,00		1 254

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,03	витЕ - 5,78	вита - 12,2
46,34	38,98	179,04	витВ2 - 0,01	витВ1 - 0,9	витС - 32,79
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 264,01	Mg - 181,42	Fe - 11,59	К - 42,3		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП-ЗАПАД"



Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

М Е Н Ю

на 22.10.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,		25	109
Рыба, тушеная с овощами,		50/50	99
Пюре картофельное ,		150	137
Сок фруктовый		200	85
Батон порционно.		30	81
Итого:	57,00		511
Обед			
Салат из свеклы с яблоками ,		60	62
Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зеленью		10/200/1	122
Мясо тушеное		40/40	244
Каша гречневая рассыпчатая,		150	260
Компот из кураги +С витамин		200	118
Хлеб пшеничный*		30	80
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:	71,00		956
Всего:	128,00		1 467

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 41,51	витА - 0,08	витВ1 - 1,05
47,53	50,38	205,57			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 221,26	Мg - 320,58	Fe - 15,44	Р - 766,55		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Дмитриева О.А.



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи



МЕНЮ на 23.10.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
--------------------	------	-------	------

Завтрак

Икра кабачковая, *	40	49	
Биточки из птицы с соусом томатным	50/30	176	
Макаронные изделия отварные,	150	168	
Чай с лимоном	200/3,5	61	
Батон порционно.	30	81	
Итого:		57,00	535

Обед

Салат из белокочанной капусты с зеленью	60	32	
Суп из овощей с мясом и зеленью	10/200/1	120	
Жаркое из птицы,	200	260	
Кисель + С витамин	200	128	
Хлеб пшеничный*	30	80	
Хлеб ржаной*	30	69	
Итого:		71,00	689
Всего:		128,00	1 224

Для всего меню

В граммах	Жиры	Углеводы	ВитЕ - 366,64	Витамины в миллиграммах	ВитА - 2,01	ВитВ1 - 0,6
Белки	38,79					
Минеральные вещества в миллиграммах						
Ca - 147,99	Mg - 138,79	Fe - 8,58	P - 425,5			

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Дмитриева О.А.