

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП-ЗАПАД"



Лактюшина О.В.

СОГЛАСОВАНО"
Директор школы №

Ширшова Шаршова И.А.



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

М Е Н Ю

на 09.12.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно.		10	66
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		150/20	328
Кофейный напиток с молоком		200	101
Батон порционно.		30	81
Итого:	57,00		576
Обед			
Печенье.		25	109
Суп картофельный с клецками , мясом цыпленка и зелень		10/200/1	155
Птица отварная...		80	149
Рагу овощное .		150	210
Компот из кураги +С витамин		200	118
Хлеб пшеничный*		30	80
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:	71,00		890
Всего:	128,00		1 465

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
47,01	53,52	198,76	витЕ - 13,94 витА - 20,44 витВ2 - 0,06
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 408,34	Mg - 166,01	Fe - 7,67	P - 681,17

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Дмитриева О.А.* Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП-ЗАПАД"



Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



Ширшова Мишкова И.А.

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

М Е Н Ю

на 10.12.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко*		150	73
Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом		80	176
Макаронные изделия отварные		150	168
Сок фруктовый		200	85
Батон порционно.		30	81
Итого:	57,00		582
Обед			
Салат из моркови с курагой...		60	61
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.		200/5/2	118
Плов с мясом*		50/150	550
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный*		30	80
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:	71,00		956
Всего:	128,00		1 538

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,01	витЕ - 18,47	витА - 1,98
43,58	62,11	201,12			

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 201,1	Mg - 198,8	Fe - 15,44	К - 16,92
------------	------------	------------	-----------

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП-ЗАПАД"



Лактошина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Шурикова Шурикова



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

МЕНЮ

на 11.12.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Огурец порционно		30	4
Гуляш из мяса,		80	247
Каша гречневая рассыпчатая,		150	260
Чай с сахаром		200	60
Батон порционно,		30	81
Итого:	57,00		653
Обед			
Винегрет овощной ,		60	75
Суп картофельный с бобовыми (горохом) , мясом и зелени		10/200/1	160
Фрикадельки из рыбы с соусом		80	70
Картофельное пюре,		150	137
Компот из св.яблок + С витамин		200	114
Хлеб пшеничный*		30	80
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:	71,00		705
Всего:	128,00		1357

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
43,27		51,56	179,7	витPP - 0,03	витЕ - 2	витА - 0,22
				витВ2 - 0,01	витВ1 - 1,15	витС - 50,53

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 197,93 Mg - 283,28 Fe - 13,34 К - 42,3

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А.)

Калькулятор Дмитриева О.А.