

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ККДП-ЗАПАД"

Пактёшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Шурикова И.И.

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи ОВЗ

М Е Н Ю

на 11.01.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Йогурт Нежный		100	74
Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом		200/5	270
Напиток шоколадный Nesquik		200	65
Батон порционно.		30	81
Итого:			490
Обед			
Салат из свеклы с черносливом		60	79
Суп картофельный с рыбными консервами и зеленью		270/2	195
Бигус с колбасой		200	220
Напиток лимонный		200	101
Хлеб пшеничный		40	107
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:			771
Всего:	135,50		1 261

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 2,41
43,11	41,58	178,48	витА - 0,18
Минеральные вещества в миллиграммах		витВ1 - 0,75	
Са - 549,88	Mg - 227,13	Fe - 8,05	P - 745,31

Зав. производством

Куликова

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Дмитриева

Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ККДП-ЗАПАД"

Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы №

Куликова Л.А.

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи ОВЗ

МЕНЮ

на 12.01.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью		60	32
Сосиски отварные с соусом		80	135
Пюре картофельное		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	61
Батон порционно		30	81
Итого:			447
Обед			
Зеленый горошек консервированный порционно		30	12
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной и зеленью		250/5/2	104
Тефтели с соусом		110	234
Каша пшеничная рассыпчатая*		200	291
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		40	107
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:			902
Всего:	135,50		1 349

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 390,14	витА - 1,96	витВ1 - 1,01
43,8	46,6	184,71			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 227,75	Mg - 151,19	Fe - 18,41	P - 666,78		

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

Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ККДП-ЗАПАД"

Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы №

Куликова Л.А.
Ключи

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи ОВЗ

М Е Н Ю

на 13.01.2021

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:			576
Обед			
Печенье.		25	109
Суп картофельный с клецками, мясом цыпленка и зелень		10/250/2	187
Птица отварная.		100	248
Рагу овощное.		200	218
Компот из кураги +С витамин		200	118
Хлеб пшеничный.		40	107
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:			1 056
Всего:	135,50		1 632

Для всего меню

В граммах		Углеводы	Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры		витЕ - 13,95	витА - 20,45	витВ2 - 0,06
56,34	62,74	210,23			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 424,38	Mg - 185,34	Fe - 8,74	P - 762,06		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ККДП-ЗАПАД"

Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Ширяева Ширяева Н.А.

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи ОВЗ

М Е Н Ю

на 14.01.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Яблоко*		150	73
Котлеты рубленные из бройлер-цыплят с соусом		80	178
Макаронные изделия отварные		150	168
Сок фруктовый		200	85
Батон порционно.		30	81
Итого:			582
Обед			
Салат из моркови с курагой...		60	51
Рассольник Ленинградский с цыпленком, сметаной и зеле		10/250/5/2	142
Плов с мясом,		50/200	611
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный		40	107
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:			1 068
Всего:	135,50		1 650

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,02	витЕ - 20,07	вита - 2,19
46,1	67,22	215,3			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 215,38	Mg - 220,81	Fe - 15,31	К - 21,15		

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

Калькулятор Дмитриева О.А. Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП-ЗАПАД"

Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Шурикова Шурикова Н.А.

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи 083

М Е Н Ю

на 15.01.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Огурец консервирован.		30	4
Гуляш из мяса,		80	247
Каша гречневая рассыпчатая,		150	260
Чай с сахаром		200	60
Батон порционно.		30	81
Итого:			653
Обед			
Винегрет овощной ,		60	75
Суп картофельный с бобовыми (горохом), мясом и зелены		10/250/2	188
Фрикадельки из рыбы с соусом		80	70
Картофельное пюре		200	183
Компот из св.яблок + С витамин		200	114
Хлеб пшеничный ,		40	107
Хлеб ржаной*		30	69
Итого:			806
Всего:	135.50		1 458

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,03	витЕ - 2,2	витА - 0,25
47,12	56,49	190,2	витВ2 - 0,01	витВ1 - 1,31	витС - 70,16
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 235,32	Mg - 313,4	Fe - 14,55	К - 42,3		

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Дмитриева О.А.