

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КДР-ЗАПАД"



Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы №



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

МЕНЮ

на 15.03.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр "Хохланд"		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена		200/5	226
Какао с молоком..		200	119
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10		478
Обед			
Икра кабачковая..*		40	49
Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленком, сметано		10/200/5/2	105
Тефтели тушеные в соусе		60/50	278
Макаронные изделия отварные ,		150	168
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	133
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60		899
Всего:	132,70		1 378

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,56	витЕ - 1,57	витА - 53,08
43,52	46,77	178,91	витВ2 - 0,36	витВ1 - 0,88	витС - 22,57
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 556,69	Mg - 168,74	Fe - 14,83	K - 675,34		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Дмитриева О.А.



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "КДП-ЗАПАД"

Лактюшина О.В.



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

МЕНЮ

на 16.03.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье,		25	109
Котлеты рыбные с соусом		50/30	103
Пюре картофельное ,		150	137
Сок фруктовый		200	85
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10		515
Обед			
Кукуруза консервированная порционно.*		25	14
Суп картофельный с фасолью мясом и зеленью		10/200/1	142
Гуляш мясной,		40/40	247
Рис отварной .		150	210
Напиток из смородины + С витамин		200	107
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60		886
Всего:	132,70		1 401

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 1,38	витЕ - 1,02	витА - 0,53
37,4	53,02	193,17	витВ2 - 0,12	витВ1 - 0,99	витС - 43,79
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 207,64	Mg - 147,21	Fe - 14,81	K - 754,81		

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 №



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

МЕНЮ

на 17.03.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Винегрет овощной.		50	63
Плов с мясом.		40/150	516
Чай с сахаром		200	60
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10		720
Обед			
Вафли*		27	141
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной и зеле		200/5/2	91
Кнели куриные с соусом		50/30	135
Горох отварной.		150	232
Компот из св.яблок + С витамин		200	115
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60		880
Всего:	132,70		1 600

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
49,55	70,89	191,26	витРР - 0,05	витЕ - 2,61	вита - 6,06
			витВ2 - 0,01	витВ1 - 1,41	витС - 18,55
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 292,99	Mg - 188,63	Fe - 13,3	К - 104,35		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Дмитриева О.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП-ЗАПАД"



Лактюшина О.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

Куликова Л.А.



ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

М Е Н Ю

на 18.03.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного		50	42
Шницель из мяса с соусом		50/30	184
Каша гречневая		150	145
Компот из свежемороженой вишни + С витамин		200	71
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10		523
Обед			
Салат из квашеной капусты*		60	51
Суп из овощей с цыпленком и сметаной и зеленью		10/200/5/2	108
Жаркое из птицы ,		50/150	335
Компот из кураги +С витамин		200	115
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60		776
Всего:	132,70		1 299

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,22	витЕ - 1,03
40,07	56,48	157,44	витВ2 - 0,02	вита - 46,61
			витВ1 - 1,34	витС - 89,7
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 215,68	Mg - 212,46	Fe - 10,56	К - 173,11	

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 №

Иванова Иванова И.А.

ГБОУ СОШ с. Красные Ключи

М Е Н Ю

на 19.03.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Икра кабачковая..*		40	49
Биточки из птицы с соусом томатным		50/30	175
Макаронные изделия отварные ,		150	168
Кисель + С витамин		200	128
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10		602
Обед			
Салат из свеклы с яблоками ,		60	44
Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зеленью		10/200/1	118
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		150/20	318
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60		707
Всего:	132,70		1 309

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 1,37	вита - 0,22	витВ2 - 0,06
37,96	36,18	208,54			
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 267,55	Mg - 140,05	Fe - 11,72	К - 77,4		

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

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