

Согласовано:
Директор ГБОУ СОШ с. Гвардейцы
Ретинская Т.Г.

Утверждаю:
ИП Какурина Л.И.
Какурина Л.И.

ГБОУ СОШ с. Гвардейцы

МЕНЮ 15 ОКТЯБРЯ 2021 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-22м-2020	Рагу из курицы	200	217,4
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
	Итого	440	332,72
	Стоимость завтрака		59,10
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал
54-11с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	200	603,7
54-23г-2020	Горошница	150	204,8
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	73,1
54-3р-2020	Биточки рыбные (Минтай)	50	115,9
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	40	89,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	81
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Пром.	Хлеб ржаной	20	43,71
	Итого	730	1299,13
	Стоимость обеда		75,00
			80,00

Для всего меню в граммах содержится

Для всего меню в граммах содержится											
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca		Mg		P			Fe	
86,9	53,5	201,65	394,5		416,2		864,4			12	
Витамины, мг											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
1059,58	0,87	0,49					50,41				18,84