

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

Утверждаю:  
 ИИ. Какурина Л.И.  
 Какурина Л.И.

ГБОУ СОШ с. Гвардейцы

МЕНЮ  
 27 СЕНТЯБРЯ 2021 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал		
<b>ЗАВТРАК</b>					
166	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	180	210,11		
54-3соус-20	Соус красный основной	30	73,1		
54-23м-2020	Биточек из курицы	50	127,1		
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	81		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42		
Итого		500	578,73		
Стоимость завтрака		59,10			
<b>ОБЕД</b>					
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр	Энер цен Ккал	Выход гр	Энер цен Ккал
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя пшеничная)	200	597,2	250	746
54-1г-2020	Макароны отварные	150	202	150	202
297	Фрикадельки из птицы с соусом	70	136	70	136
49	Салат витаминный	40	57,42	40	57,42
348	Компот из свежих яблок	200	97,6	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42	60	131,1
Пром.	Хлеб ржаной	20	43,71	30	65,57
Итого		720	1221,35	800	1435,69
Стоимость обеда		75,00		80,00	

**Для всего меню в граммах содержится**

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe					
68,32	65,19	227,42	1710	333,3	799,3	48,21					
Витамины, мг											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
777,13	0,41	0,37					78,83				12,12