

Согласовано:
Директор ГБОУ ООШ с.Гвардейцы

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

Школа ГБОУ ООШ с.Гвардейцы

МЕНЮ
22 АПРЕЛЯ 2022 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-4 кл, ОВЗ	Энер цен Ккал
ЗАВТРАК			
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	286,68
54-3соус-2020	Соус красный основной	30	73,1
54-23м-2020	Биточек из курицы	50	127,1
532	Десерт фруктовый*	70	61,6
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	87,42
Итого		570	662,7
Стоимость завтрака		78,75	
ОБЕД			
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр ОВЗ	Энер цен Ккал
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	713
54-23г-2020	Горошница	180	245,76
298	Ленивые голубцы с соусом	110	164
58	Салат из редьки с овощами	100	87,5
532	Десерт фруктовый*	70	61,6
699	Напиток апельсиновый	200	97,6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	131,1
Пром.	Хлеб ржаной	30	65,57
Итого		1000	1566,13
Стоимость обеда		103,65	

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг								
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe					
97,87	70,1	303,23	1934	670,2	1294	68,01					
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.

1054,15	1,19	1,02					131,2				20,28
---------	------	------	--	--	--	--	-------	--	--	--	-------