

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ЖП "ШКОДА ЗДОРОВЬЯ"

Ушаков А.О.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



ГБОУ СОШ п. Октябрьский

М Е Н Ю

на 13.11.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Огурец порционно		30	4
Гуляш из мяса		80	247
Каша гречневая рассыпчатая		150	260
Чай с сахаром		200	60
Батон порционно		30	81
Итого:	57,00		653
Обед			
Винегрет овощной		60	75
Суп картофельный с бобовыми (горохом) , мясом и зелени		10/200/1	160
Фрикадельки из рыбы с соусом		80	70
Картофельное пюре		150	137
Компот из св.яблок + С витамин		200	114
Хлеб пшеничный		30	80
Хлеб ржаной		30	69
Итого:	71,00		705
Всего:	128,00		1 357

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
43,27	51,56	179,7

Витамины в миллиграммах

витРР - 0,03	витЕ - 2	витА - 0,22
витВ2 - 0,01	витВ1 - 1,15	витС - 50,53

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 197,93	Mg - 283,28	Fe - 13,34	K - 42,3
-------------	-------------	------------	----------

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Калинникова Г.Р.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "КП "ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ"

Ушаков А.О.



ГБОУ СОШ п. Октябрьский

М Е Н Ю (ОВЗ)

на 13.11.2020

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.

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Калинникова Г.Р.



Директор
ООО "ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ"
Ушаков А.О.



ГБОУ СОШ п. Октябрьский

МЕНЮ (1-4 классы)

на 13.11.2020

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Огурец порционно		30	4
Гуляш из мяса		80	247
Каша гречневая рассыпчатая		150	260
Чай с сахаром		200	60
Батон порционно		30	81
Итого:	57,00		653
Всего:	57,00		653

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
22,57		29,89	73,15	витРР - 0,03 витЕ - 0,02 ВИТА - 0,08
				витВ2 - 0,01 витВ1 - 0,58 ВИТС - 3,48
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 56,72	Mg - 166,45	Fe - 6,6	К - 42,3	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Калинникова Г.Р.