

ООО "ККДП"



МБОУ Школа № 122 г.о. Самара(1-4кл.) ОКТ

Директор школы №



на 04.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	19,09	200	76
Завтрак			
Салат из свеклы с черносливом ,		60	79
Биточки из мяса с соусом,		50/50	202
Макаронные изделия отварные		150	188
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	70,00	550	624
Обед			
Огурец порционно...		60	11
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Зразы рубленые мясные с соусом		50/50	188
Картофель отварной,*		150	170
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	776	670
Полдник			
Пирожки печеные с картошкой,		100	255
Ряженка.		200	165
Итого:	35,00	300	420
Всего:	214,09	1 826	1 790

	В граммах	
Белки	Жиры	Углеводы
47,88	63,41	252,85

ВИТЕ - 10,74
ВИТВ1 - 1,03

Витамины в миллиграммах

вита - 201,2	витВ2 - 0,69
витС - 50,01	витD - 0,9

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 627,47	I - 207,94	P - 749,96	Na - 2 220,9
F - 102	Se - 22,71	Mg - 180,51	Fe - 11,29

Зав. производством

Калькулятор

(Куликова Л.А)

Куприянова Ю.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 Самара (12+) ОКТ

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

М Е Н Ю

на 04.10.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы с черносливом..		100	117
Биточки из мяса с соусом		70/50	193
Макаронные изделия отварные..*		180	224
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	70,00	630	665
Обед			
Салат из соленых огурцов с луком репчатым		100	64
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной и зелени		250/5/1	100
Зразы рубленые мясные с соусом		50/50	188
Картофель отварной.*		180	192
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	896	768
Всего:	160,00	1 526	1 434

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
39,33	56,2	208,31

Витамины в миллиграммах

витЕ - 0,77	вита - 237,74	витВ2 - 0,64
витВ1 - 1,01	витС - 63,61	витD - 0,7

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 277,67	І - 231,65	Р - 562,9	Na - 2 991,17
F - 99,9	Se - 19,01	Mg - 160,93	Fe - 11,33

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Куприянова Ю.А.