



Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 26.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье			
Колбаса отварная с соусом		36	153
Каша гречневая с растительным маслом		50/50	154
Кисель + С витамин.		150	169
Хлеб пшеничный		200	130
		30	70
Итого:	70,00	516	676
Обед			
Салат из редьки		60	53
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	82
Жаркое по-домашнему из отварного мяса		200	290
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	721	649
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Полдник			
Ватрушки с повидлом		100	301
Кефир.		200	113
Итого:	35,00	300	413
Всего:	211,55	1 737	1 815

Для всего меню

В граммах
Белки 48,79 Жиры 61,72 Углеводы 268,41

Витамины в миллиграммах
витPP - 0,15 витE - 0,36 витA - 223,91
витD - 9,02 витB2 - 0,99 витB1 - 0,96

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 465,51 I - 232,05 P - 758,02 Na - 2 060,62
F - 109,23 Se - 18,31 Mg - 214,81 Fe - 10,81

Зав. производством Куликова Л.А. (Куликова Л.А.)

Калькулятор Калинникова Г.Р. Калинникова Г.Р.