



Воробьев П.В.

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

МЕНЮ

на 27.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат овощной с кукурузой и морковью		60	58
Плов с отварным мясом птицы		200	365
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	70,00	490	554
Обед			
Салат из свеклы отварной		60	58
Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зеленью		10/200/1	117
Котлеты рыбные с соусом		50/50	132
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	781	683
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Полдник			
Пирожки печеные с капустой		100	233
Напиток из плодов шиповника		200	100
Итого:	35,00	300	333
Всего:	211,55	1 771	1 646

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
42,57	47,5	260,33

Витамины в миллиграммах

витЕ - 0,71	вита - 829,08	витD - 7,94
витB2 - 0,74	витB1 - 0,61	витC - 187,08

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 360,47	I - 437,79	P - 563,78	Na - 3 693,01
F - 470,23	Se - 30,92	Mg - 179,82	Fe - 9,37

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

Калькулятор Калинникова Г.Р. Калинникова Г.Р.



Воробьев П.В.
МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (12 и старше)

МЕНЮ

на 27.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат овощной с кукурузой и морковью		60	58
Плов с отварным мясом птицы		200	365
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	70,00	490	554
Обед			
Салат из свеклы отварной		100	97
Суп картофельный с вермишелью цыпленком и зеленью		10/250/1	141
Котлеты рыбные с соусом		50/50	132
Пюре картофельное с м/раст.		180	151
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	901	777
Всего:	160,00	1 391	1 331

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
37,24	45,03	191,52

Витамины в миллиграммах

витЕ - 0,37	витА - 795,65	витD - 7,89
витВ2 - 0,74	витВ1 - 0,55	витС - 51,11

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 373,21	I - 420,72	P - 549,43	Na - 3 533,4
F - 481,19	Se - 24,82	Mg - 175,19	Fe - 8,44

Зав. производством

Куликова Л.А.

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Калинникова Г.Р.

Калинникова Г.Р.

Директор
ООО "ККДП"



Директор школы №

125

Директор школы _____

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (ОВЗ)

на 27.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат овощной с кукурузой и морковью		60	58
Плов с отварным мясом птицы		200	365
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	70,00	490	554
Обед			
Салат из свеклы отварной		60	58
Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зеленью		10/200/1	117
Котлеты рыбные с соусом		50/50	132
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Напиток из смородины		200	108
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	781	683
Всего:	160,00	1 271	1 237

Для всего меню

	В граммах			Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	вИТЕ - 0,37	вИТА - 737,35	вИТD - 7,82
34,88	41,34	179,46	вИТВ2 - 0,67	вИТВ1 - 0,5	вИТС - 45,61
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 302,2	І - 396,67	Р - 487,23	Na - 3 359,66		
F - 457,07	Se - 23,93	Mg - 154,44	Fe - 7,55		

Зав. производством

_____(Куликова Л.А)

Калькулятор

Калинникова Г.Р.