



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

МЕНЮ

на 04.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Масло сливочное порционно		10	58
Котлеты рыбные с соусом		50/50	132
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	70,00	504	466
Обед			
Яблоко		150	67
Суп картофельный с клецками и зеленью		200/1	120
Зразы рубленые мясные с соусом		50/50	188
Каша перловая с маслом раст.		150	122
Напиток фруктовый..		200	91
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	861	736
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Полдник			
Сдоба Выборгская		100	414
Кефир		200	113
Итого:	35,00	300	527
Всего:	211,55	1 865	1 805

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
44,47	62,74	264,88

Витамины в миллиграммах

витЕ - 0,73	витА - 264,73	витD - 6,89
витВ2 - 1,15	витВ1 - 0,87	витС - 40,84

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 549,87	I - 268,67	P - 746,43	Na - 2 273,12
F - 325,68	Se - 38,27	Mg - 175,85	Fe - 11,96

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Калинникова Г.Р.