



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

МЕНЮ

на 26.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
Биточки из мяса с соусом		50/50	202
Макаронные изделия отварные с маслом растительным		150	186
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	70,00	554	586
Обед			
Икра морковная		60	69
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зелененьк		200/5/2	83
Сосиски отварные с соусом		50/50	163
Рис отварной с маслом растительным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	777	781
Витаминизация			
Фрукт		120	42
Итого:	16,55	120	42
Полдник			
Плюшка Московская		100	315
Сок фруктовый		200	76
Итого:	35,00	300	391
Всего:	211,55	1 751	1 800

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 10,68	вита - 1 124,91	витD - 0,99
43,67	58,27	277,25	витB2 - 0,66	витB1 - 0,71	витC - 29,86
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 318,51	I - 315,72	P - 584,11	Na - 3 093,24		
F - 143,03	Se - 20,29	Mg - 160,16	Fe - 11,87		

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

Калькулятор Калиникова Г.Р. Калиникова Г.Р.



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 122
В.А. Вержнев

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

МЕНЮ

на 26.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свежих огурцов, лука репчатого		100	72
Биточки из мяса с соусом		50/50	202
Макаронные изделия отварные		180	224
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		50	117
Итого:	70,00	634	676
Обед			
Икра морковная		100	122
Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и зеленью		250/5/2	110
Сосиски отварные с соусом		50/50	163
Рис отварной с маслом растит.		180	229
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		50	117
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	917	943
Всего:	160,00	1 551	1 619

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 10,7	витА - 1 778,38	витD - 0,81
39,95	57,79	234,41	витВ2 - 0,59	витВ1 - 0,64	витС - 31,06
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 300,6	I - 360,58	P - 556,85	Na - 3 361,78		
F - 147,84	Se - 14,76	Mg - 161,45	Fe - 9,52		

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

Калькулятор *Калиникова Г.Р.* Калиникова Г.Р.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП"



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 122

О.А. Верднеев



МЕНЮ

на 26.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
Биточки из мяса с соусом		50/50	202
Макаронные изделия отварные		150	188
Чай с лимоном		200/3,5	62
Хлеб пшеничный		40	94
Итого:	70,00	554	588
Обед			
Икра морковная		60	69
Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью		200/5/2	83
Сосиски отварные с соусом		50/50	163
Рис отварной с маслом растительным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	777	781
Всего:	160,00	1 331	1 369

Для всего меню

В граммах
Белки 34,53 Жиры 49,84 Углеводы 197,33

витЕ - 10,68
витВ2 - 0,61

Витамины в миллиграммах
вита - 1 130,42 витD - 0,94
витВ1 - 0,58 витС - 22,02

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 268,76 I - 276,87 P - 496,99
F - 120,19 Se - 15,48 Mg - 133,33

Na - 2 773,93
Fe - 8,61

Зав. производством

Куликова Л.А.

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Калинникова Г.Р.