

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП"



Воробьев П.В.

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

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 122

*П.А. Воробьев*

# МЕНЮ

на 19.04.2022

| Наименование блюда                                     | Цена   | Выход   | Ккал  |
|--------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                         |        |         |       |
| Салат из моркови (припущен.) с сахаром                 |        | 100     | 48    |
| Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным     |        | 180/30  | 405   |
| Кофейный напиток с молоком                             |        | 200     | 146   |
| Хлеб пшеничный                                         |        | 50      | 117   |
| Итого:                                                 | 70,00  | 560     | 716   |
| <b>Обед</b>                                            |        |         |       |
| Салат из свежих огурцов, лука репчатого                |        | 100     | 72    |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной и зелен |        | 250/5/1 | 100   |
| Колбаса отварная с соусом                              |        | 50/50   | 154   |
| Рис отварной с маслом растит.                          |        | 180     | 232   |
| Сок фруктовый                                          |        | 200     | 76    |
| Хлеб пшеничный                                         |        | 30      | 70    |
| Хлеб ржаной                                            |        | 30      | 78    |
| Итого:                                                 | 90,00  | 896     | 782   |
| Всего:                                                 | 160,00 | 1 456   | 1 499 |

## Для всего меню

| В граммах                           |            |             | Витамины в миллиграммах |                 |              |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|-----------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | витЕ - 0,42             | вита - 2 180,17 | витD - 0,99  |
| 41,28                               | 43,83      | 233,36      | витB2 - 0,99            | витB1 - 0,65    | витC - 32,57 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |                 |              |
| Ca - 469,83                         | I - 278,58 | P - 760,5   | Na - 2 843,49           |                 |              |
| F - 184,69                          | Se - 24,17 | Mg - 212,63 | Fe - 8,51               |                 |              |

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

Калькулятор *Калинникова Г.Р.* Калинникова Г.Р.