



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

МЕНЮ

на 08.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Винегрет овощной		60	73
Сосиски отварные с соусом		50/50	163
Каша гречневая с растительным маслом		150	169
Кисель + С витамин.		200	130
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	70,00	540	605
Обед			
Салат из репчатого лука		60	62
Суп картофельный с бобовыми (горохом) и зеленью		200/1	114
Плов с мясом		200	376
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	721	824
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Полдник			
Ватрушка с творогом		100	252
Чай с сахаром	35,00	200	61
Итого:	35,00	300	313
Всего:	211,55	1 761	1 818

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,37	вита - 553,97	витD - 9,03
46,59	66,28	257,95	витB2 - 0,71	витB1 - 0,77	витC - 30,78
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 326,3	I - 322,47	P - 706,04	Na - 3 135,06		
F - 130,74	Se - 20,02	Mg - 208,19	Fe - 11,44		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ Калинникова Г.Р.