



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

МЕНЮ

на 17.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье		54	217
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	405
Кофейный напиток с молоком		200	146
Батон порционнно		40	108
Итого:	70,00	504	875
Обед			
Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Колбаса отварная с соусом		50/50	154
Рис отварной с маслом растительным		150	193
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	776	691
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Полдник			
Пирожки печеные с картошкой		100	255
Ряженка.		200	165
Итого:	35,00	300	420
Всего:	211,55	1 780	2 063

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
55,14	62,38	315,27

Витамины в миллиграммах

ВИТЕ - 0,44	ВИТА - 222,17	ВИТD - 0,95
ВИТВ2 - 0,8	ВИТВ1 - 0,74	ВИТС - 26,24

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 808,86	I - 299,34	P - 961,55	Na - 2 785,44
F - 134,03	Se - 23,69	Mg - 215,88	Fe - 9,57

Зав. производством Куликова Л.А.

Калькулятор Калинникова Г.Р.



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

МЕНЮ

на 17.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
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
Обед			
Салат из свежих огурцов, лука репчатого		100	72
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной и зеленью		250/5/1	100
Колбаса отварная с соусом		50/50	154
Рис отварной с маслом растит.		180	229
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	896	779
Всего:	160,00	1 456	1 495

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
41,22	43,6	233,11

витЕ - 0,42
витВ2 - 0,98

Витамины в миллиграммах

вита А - 2 163,97	витD - 0,91
витВ1 - 0,65	витС - 32,75

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 471,97	І - 313,74	Р - 759,71
F - 184,1	Se - 24,11	Mg - 212,9

Na - 3 136,72
Fe - 8,52

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Калинникова Г.Р.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 122



Воробьев П.В.

МБОУ Школа № 122 г.о. Самара (ОВЗ)



МЕНЮ

на 17.05.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Печенье		54	217
Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным		180/30	405
Кофейный напиток с молоком		200	146
Батон порционнно		40	108
Итого:	70,00	504	875
Обед			
Салат из свежих огурцов с луком репчатым		60	43
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью		200/5/1	77
Колбаса отварная с соусом		50/50	154
Рис отварной с маслом растительным		150	193
Сок фруктовый		200	76
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	90,00	776	691
Всего:	160,00	1 280	1 567

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,4	витА - 217,15	витD - 0,83
41,65	46,21	246,1	витВ2 - 0,75	витВ1 - 0,6	витС - 22
Минеральные вещества в миллиграммах					
Ca - 541,32	I - 257,06	P - 707,07	Na - 2 453,06		
F - 109,34	Se - 20,11	Mg - 170,76	Fe - 8,34		

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

Калькулятор Калиникова Г.Р. Калиникова Г.Р.