

Согласовано:

Директор

ГБОУ СОШ пос. Сокский

2021 г. ГБОУ СОШ
пос. Сокский



Л.И. Аникина

ГБОУ СОШ пос. Сокский 1-4 класс

М Е Н Ю

на 17.05.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Йогурт Нежный		100	52
Каша молочная манная		200/5	218
Напиток шоколадный Nesquik		200	105
Батон порционнo.		30	81
Итого:	59,10	535	455
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	144
Тефтели из говядины тушеные в соусе,..		50/50	176
Каша гречневая		150	145
Напиток лимонный		200	101
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	786	806
Всего:	132,70	1 321	1 262

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
41,19		43,26	176,06	витPP - 0,54 витE - 2,11 витA - 11,09 витB1 - 0,69 витC - 30,51
Минеральные вещества в миллиграммах				
Ca - 723,83	Mg - 192,23	Fe - 10,63	K - 354,09	

Повар столовой Н.И.Кудряшова

Согласовано:

Директор

ГБОУ СОШ пос. Сокский

2021 г.



Л.И. Аникина

ГБОУ СОШ пос. Сокский ОВЗ

МЕНЮ

на 17.05.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Йогурт Нежный		100	52
Каша молочная манная		200/5	218
Напиток шоколадный Nesquik		200	105
Батон порционнo.		30	81
Итого:	59,10	535	455
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	144
Тефтели из говядины тушеные в соусе,,,		50/50	176
Каша гречневая		150	145
Напиток лимонный		200	101
Хлеб пшеничный ,		40	118
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	76,40	796	836
Всего:	135,50	1 331	1 291
Для всего меню			
Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
42,26	43,71	181,36	витРР - 0,54 витЕ - 2,11 витА - 11,09
			витВ2 - 0,24 витВ1 - 0,73 витС - 30,53
Минеральные вещества в миллиграммах			
Са - 750,83	Mg - 195,53	Fe - 10,99	К - 354,09

Повар столовой  Н.И.Кудряшова

Согласовано

Директор

ГБОУ СОШ пос. Сокский

2021 г.



Л.И. Аникина

ГБОУ СОШ пос. Сокский

МЕНЮ

на 17.05.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Йогурт Нежный		100	52
Каша молочная манная		200/5	218
Напиток шоколадный Nesquik		200	105
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	535	455
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Суп картофельный с рыбными консервами с зеленью		15/200/1	144
Тефтели из говядины тушеные в соусе,,,		50/50	176
Каша гречневая		150	145
Напиток лимонный		200	101
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	786	806
Всего:	132,70	1 321	1 262

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,54	Витамины в миллиграммах	витЕ - 2,11	витА - 11,09
41,19	43,26	176,06	витВ2 - 0,24	витВ1 - 0,69	витС - 30,51	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 723,83	Mg - 192,23	Fe - 10,63	К - 354,09			

Повар столовой  Н.И.Кудряшова

