

Согласовано:

Директор

ГБОУ СОШ пос. Сокский

2021 г.



Л.И. Аникина

ГБОУ СОШ пос. Сокский 1-4 класс

МЕНЮ

на 19.05.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	56
Плов из птицы		250	388
Кисель + С витамин		200	128
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	540	653
Обед			
Салат Степной с кукурузой.		60	97
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.		200/5/2	94
Шницель из птицы с соусом ,		50/50	185
Горох отварной.,		150	232
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	777	862
Всего:	132,70	1 317	1 515

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,03	Витамины в миллиграммах
54,76	42,52	229,18	витВ2 - 0,07	витЕ - 1 606,33
				витА - 39,68
				витВ1 - 1,19
				витС - 136,44
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 529,08	Mg - 225,46	Fe - 12,44	К - 116,1	

Повар столовой  Н.И.Кудряшова

Согласовано:

Директор
ГБОУ СОШ пос. Сокский
2021 г.



Л.И. Аникина Л.И. Аникина

ГБОУ СОШ пос. Сокский ОВЗ

М Е Н Ю

на 19.05.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	56
Плов из птицы		250	388
Каша пшеничная рассыпчатая		150	221
Кисель + С витамин		200	128
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	690	874
Обед			
Салат Степной с кукурузой.		60	97
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.		200/5/2	94
Шницель из птицы с соусом ,		50/50	185
Горох отварной.,		150	232
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный ,		40	118
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	76,40	787	891
Всего:	135,50	1 477	1 765

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
62,4		47,33	273,15	витРР - 0,03 витВ2 - 0,07
				витЕ - 1 606,35 витВ1 - 1,35 витА - 39,7 витС - 136,46
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 589,85	Mg - 264,2	Fe - 15,35	К - 116,1	

Повар столовой *Н.И. Кудряшова* Н.И. Кудряшова

Согласовано

Директор

ГБОУ СОШ пос. Сокский

2021 г.



Л.И. Аникина

ГБОУ СОШ пос. Сокский

МЕНЮ

на 19.05.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из свеклы отварной		60	56
Плов из птицы		250	388
Кисель + С витамин		200	128
Батон порционно.		30	81
Итого:	59,10	540	653
Обед			
Салат Степной с кукурузой.		60	97
Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью.		200/5/2	94
Шницель из птицы с соусом ,		50/50	185
Горох отварной.,		150	232
Напиток из плодов шиповника		200	88
Хлеб пшеничный*		30	89
Хлеб ржаной*		30	78
Итого:	73,60	777	862
Всего:	132,70	1 317	1 515

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 0,03	Витамины в миллиграммах	витЕ - 1 606,33	витА - 39,68
54,76	42,52	229,18	витВ2 - 0,07	витВ1 - 1,19	витС - 136,44	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Са - 529,08	Мg - 225,46	Fe - 12,44	К - 116,1			

Повар столовой  Н.И.Кудряшова

