



Кузнецова Е.В.
 ГБОУ СОШ Зуевка (1-4 класс)



М Е Н Ю

на 19.12.2024

| Наименование блюда | Цена | Выход | Ккал |
|---|--------|----------|-------|
| Завтрак | | | |
| №338 Яблоко* | | 100 | 47 |
| №289 Рагу овощное из птицы. | | 200 | 223 |
| №348 (АКТ) Компот из изюма* | | 200 | 122 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 40 | 118 |
| Итого: | 74,58 | 540 | 511 |
| Обед | | | |
| №57 Салат из редьки** | | 60 | 47 |
| №113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью* | | 10/200/1 | 97 |
| №268/759 Шницель из мяса с соусом, | | 100 | 196 |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая, | | 150 | 211 |
| №348 Компот из кураги | | 200 | 115 |
| №ПР Хлеб пшеничный | | 30 | 81 |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный | | 30 | 67 |
| Итого: | 104,43 | 781 | 813 |
| Всего: | 179,01 | 1 321 | 1 324 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ВИТА - | ВИТВ1 - | ВИТВ2 - |
| 43,96 | 46,99 | 190,19 | 605,54 | 0,85 | 0,88 |
| | | | ВИТС - 34,66 | ВИТПР - 0,15 | ВИТD - 2,05 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | |
| Na - 2 035,93 | K - 1 851,35 | Ca - 206,84 | Mg - 250,7 | | |
| P - 643,65 | Fe - 13,53 | I - 177,65 | Se - 25,7 | | |

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

Калькулятор Куприянова Ю.А. Куприянова Ю.А.