



"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Малое Ибряйкино (5-11 класс)

МЕНЮ

на 12.03.2025

Наименование блюда

Цена

Выход

Ккал

Завтрак

№47/Акт Салат из квашеной капусты			
№278 Тефтели тушеные в соусе		100	35
№171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным		100	196
№376 Чай с сахаром		180	220
№ПР Хлеб пшеничный		200	106
		30	81
Итого:	91,52	610	638

Обед

№10 Салат из зеленого горошка консервирован.		100	92
№355 Солянка по домашнему		10/10/250/1	126
№290/АКТ Птица тушеная в соусе		100	120
№312 Пюре картофельное с м/сливоч		180	165
№348 (АКТ) Компот из изюма		200	122
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	128,14	911	773
Всего:	219,66	1 521	1 411

Для всего меню

В граммах

Белки

38,8

Жиры

44,81

Углеводы

182,24

витD - 1,99

витB2 - 0,69

Витамины в миллиграммах

вита - 137,32

витB1 - 0,68

витаЕ - 0,74

витC - 28,78

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca - 195,69

F - 267,06

Fe - 8,84

I - 191,09

K - 1 352,73

Mg - 132,61

Na - 2 056,55

P - 635,09

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор