



Утверждаю:  
И.И. Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Коноваловка

МЕНЮ  
04 СЕНТЯБРЯ 2024 ГОД

| № рецептур                                 | Наименование блюда                               | Выход гр<br>1 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал         |        |         |         |
|--|--|------------------------|--------------------------|--------|---------|---------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                             |  |                        |                          |        |         |         |
| 54-9к-2020                                 | Каша вязкая молочная овсяная                     | 200                    | 95,6                     |        |         |         |
| 54-1з-2020                                 | Сыр твердых сортов в нарезке                     | 20                     | 33,7                     |        |         |         |
| 54-9в-2020                                 | Булочка школьная                                 | 80                     | 231,73                   |        |         |         |
| 54-1хн-2020                                | Компот из смеси сухофруктов + С<br>витаминазация | 200                    | 81                       |        |         |         |
| Итого                                      |  | 500                    | 442,03                   |        |         |         |
| Стоимость завтрака                         |  | 74,58                  |                          |        |         |         |
| <b>ОБЕД</b>                                |  |                        |                          |        |         |         |
| № рецептур                                 | Наименование блюда                               | Выход гр<br>1 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал         |        |         |         |
| 54-2с-2020                                 | Борщ с капустой и картофелем                     | 250                    | 178,25                   |        |         |         |
| 54-11г-2020                                | Картофельное пюре                                | 180                    | 110                      |        |         |         |
| 301  | Рыба запеченная со сметаной                      | 80                     | 102                      |        |         |         |
| 58   | Салат из моркови с чесноком                      | 60                     | 91                       |        |         |         |
| 54-3гн-2020                                | Чай с лимоном и сахаром                          | 200                    | 27,9                     |        |         |         |
| Пром                                       | Хлеб пшеничный                                   | 40                     | 87,42                    |        |         |         |
| Пром                                       | Хлеб ржаной                                      | 30                     | 43,71                    |        |         |         |
| Итого                                      |  | 840                    | 640,28                   |        |         |         |
| Стоимость обеда                            |  | 104,43                 |                          |        |         |         |
| <b>Для всего меню в граммах содержится</b> |  |                        |                          |        |         |         |
| Пищевые вещества, г                        |  |                        | Минеральные вещества, мг |        |         |         |
| Белки                                      | Жиры   | Углеводы               | Са                       | Mg     | P       | Fe      |
| 49,45                                      | 49,46  | 197,71                 | 692,03                   | 346,23 | 920,68  | 12,58   |
| Витамины, мг                               |  |                        |                          |        |         |         |
| А, мг.                                     | В1, мг.  | В2, мг.                | В6, мг.                  | С, мг. | Н, мкг. | РР, мг. |
| 1047,5                                     | 0,74   |                        |                          | 62,37  |         | 9,46    |