



ГБОУ СОШ с. Коноваловка

МЕНЮ
18 СЕНТЯБРЯ 2024 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл	Энергетическая ценность Ккал			
ЗАВТРАК						
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 витаминация	200	81			
Итого		500	442,03			
Стоимость завтрака		74,58				
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл	Энергетическая ценность 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				
Для всего меню в граммах содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	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