



ГБОУ СОШ с. Коноваловка

МЕНЮ С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ

14 ОКТЯБРЯ 2024 ГОД

ЗАВТРАК

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-4 кл	Выход гр 5 кл-11 кл	Выход гр СВО 1 кл-4 кл	Выход гр ОВЗ 1 кл-11 кл	Выход гр СВО 5 кл-11 кл	Выход гр Многодет. 5 кл-11 кл	Энер цен Ккал
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	200	200	200	200	200	228
401	Оладьи с джемом	120	120	120	120	120	120	201
54-2гн-2020	Чай с сахаром + С витаминизация	200	200	200	200	200	200	26,8
536	Салат из свежих фруктов	100	---	100	100	100	100	69
541	Булочка ванильная	---	---	---	---	60	60	179
	Итого	620	520	620	620	680	680	703,8

ОБЕД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1 кл-11 кл	Выход гр ОВЗ 1 кл-11 кл	Выход гр СВО 1 кл-4 кл	Выход гр СВО 5 кл-11 кл	Энер цен Ккал
54-1с-2020	Щи из свежей капусты с картофелем	250	250	250	250	120,07
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	230	230	230	230	238,9
54-23м-2020	Биточек из курицы с соусом	60	60	60	60	127,1
2	Салат Витаминный	200	200	200	200	73
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	40	40	40	40	81
Пром	Хлеб пшеничный	30	30	30	30	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
82	Фрукты свежие	---	---	100	---	106
	Итого	840	840	940	840	877,2

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe
40,39	40,38	161,48	440	355,31	679,53	9,97
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
243,5	0,61			28,39		12,46