

Согласовано:  
 Директор  
 ГБОУ СОШ  
 Соболева М.



ГБОУ СОШ с. Коноваловка

МЕНЮ С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ

21 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
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	180	180	180	180	238,9
54-24м-2020	Шницель из курицы с соусом	100	100	100	100	100	100	127,1
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	200	200	200	200	200	81
Пром	Хлеб пшеничный	30	30	30	30	30	30	87,42
78	Салат из моркови яблок и апельсинов	100	---	100	100	100	100	54,06
417	Гребешок из дрожжевого теста	---	---	---	---	80	80	232
Итого		610	510	610	610	690	690	820,48

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
116	Суп из овощей	250	250	250	250	296
54-12м-2020	Плов с курицей	230	230	230	230	314,6
2	Салат Витаминный	60	60	60	60	73
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	200	200	200	26,8
Пром	Хлеб пшеничный	40	40	40	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
82	Фрукты свежие	---	---	100	---	106
Итого		810	810	910	810	947,53

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	Р	Fe
41,86	41,88	167,54	287,1	460,2	802,52	11,29
Витамины, мг						
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В6, мг.	С, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
199,8	0,68	0,21		46,4		12,1