

Согласовано:  
 Директор  
 ГБОУ СОШ с. Коноваловка  
 Соболева М.Г.



Утверждаю:

И.И. Какурина Л.И.



ГБОУ СОШ с. Коноваловка

МЕНЮ С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ

09 ОКТЯБРЯ 2024 ГОД

| ЗАВТРАК                             |   |                        |                               |                              |                               |                               |                                     |                  |
|-------------------------------------|---|------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|------------------|
| № рецептур                          | Наименование блюда                      | Выход гр<br>1 кл-4 кл  | Выход гр<br>5 кл-11 кл        | Выход гр<br>СВО<br>1 кл-4 кл | Выход гр<br>ОВЗ<br>1 кл-11 кл | Выход гр<br>СВО<br>5 кл-11 кл | Выход гр<br>Многодет.<br>5 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал |
| 166                                 | Каша рассыпчатая с овощами (рис)        | 180                    | 180                           | 180                          | 180                           | 180                           | 180                                 | 170,11           |
| 54-23м-2020                         | Биточек из курицы с соусом              | 100                    | 100                           | 100                          | 100                           | 100                           | 100                                 | 127,1            |
| 496                                 | Напиток из шиповника                    | 200                    | 200                           | 200                          | 200                           | 200                           | 200                                 | 78               |
| Пром                                | Хлеб пшеничный                          | 30                     | 30                            | 30                           | 30                            | 30                            | 30                                  | 87,42            |
| 33                                  | Салат из свеклы с сыром и чесноком      | 100                    | ---                           | 100                          | 100                           | 100                           | 100                                 | 133              |
| 541                                 | Булочка ванильная                       | ---                    | ---                           | ---                          | ---                           | 60                            | 60                                  | 179              |
| Итого                               |   | 610                    | 510                           | 610                          | 610                           | 670                           | 670                                 | 774,63           |
| ОБЕД                                |   |                        |                               |                              |                               |                               |                                     |                  |
| № рецептур                          | Наименование блюда                      | Выход гр<br>1 кл-11 кл | Выход гр<br>ОВЗ<br>1 кл-11 кл | Выход гр<br>СВО<br>1 кл-4 кл | Выход гр<br>СВО<br>5 кл-11 кл | Энер цен<br>Ккал              |                                     |                  |
| 54-2с-2020                          | Борщ с говядиной, капустой и картофелем | 250                    | 250                           | 250                          | 250                           | 178,25                        |                                     |                  |
| 54-11г-2020                         | Картофельное пюре                       | 180                    | 180                           | 180                          | 180                           | 194,96                        |                                     |                  |
| 54-14р-2020                         | Тефтели рыбные (минтай) с соусом        | 110                    | 110                           | 110                          | 110                           | 221                           |                                     |                  |
| 54-7з-2020                          | Салат из белокочанной капусты           | 60                     | 60                            | 60                           | 60                            | 114,4                         |                                     |                  |
| 54-1хн-2020                         | Компот из смеси сухофруктов             | 200                    | 200                           | 200                          | 200                           | 81                            |                                     |                  |
| Пром                                | Хлеб пшеничный                          | 40                     | 40                            | 40                           | 40                            | 87,42                         |                                     |                  |
| Пром                                | Хлеб ржаной                             | 30                     | 30                            | 30                           | 30                            | 43,71                         |                                     |                  |
| 82                                  | Фрукты свежие                           | ---                    | ---                           | 100                          | ---                           | 106                           |                                     |                  |
| Итого                               |   | 870                    | 870                           | 970                          | 870                           | 1026,74                       |                                     |                  |
| Для всего меню в граммах содержится |   |                        |                               |                              |                               |                               |                                     |                  |
| Пищевые вещества, г                 |   |                        |                               | Минеральные вещества, мг     |                               |                               |                                     |                  |
| Белки                               | Жиры                                    | Углеводы               |                               | Ca                           | Mg                            | P                             | Fe                                  |                  |
| 53,98                               | 53,98                                   | 215,76                 |                               | 431,81                       | 353,81                        | 663,02                        | 9,85                                |                  |
| Витамины, мг                        |   |                        |                               |                              |                               |                               |                                     |                  |
| A, мг.                              | B1, мг.                                 | B2, мг.                |                               | B6, мг.                      | C, мг.                        | H, мкг.                       | PP, мг.                             |                  |
| 1108,3                              | 0,44                                    | 0,52                   |                               |                              | 169,78                        |                               | 12,15                               |                  |