



ГБОУ СОШ с. Коноваловка

МЕНЮ С ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ

20 НОЯБРЯ 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
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	200	200	200	200	200	201
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	20	20	20	20	20	20	38,7
54-9в-2020	Булочка школьная	80	80	80	80	80	80	231,73
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация	200	200	200	200	200	200	81
Пром	Хлеб пшеничный	50	50	50	50	50	50	87,42
78	Салат из моркови, яблок и апельсинов	100	---	100	100	100	100	54,06
72	Бутерброд с джемом	---	---	---	---	50	50	149
Итого		650	550	650	650	700	700	842,91

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
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	250	250	250	178,25
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	180	180	180	110
54-3р-2020	Биточек рыбный (Минтай) с соусом	100	100	100	100	165,9
58	Салат из моркови с чесноком и зеленым горошком	60	60	60	60	102
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	200	200	200	27,9
Пром	Хлеб пшеничный	40	40	40	40	87,42
Пром	Хлеб ржаной	30	30	30	30	43,71
82	Фрукты свежие	---	---	100	---	106
Итого		860	860	960	860	821,18

Для всего меню в граммах содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
52,77	52,77	210,9	701,2	375,03	873,61	10,61
Витамины, мг						
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B6, мг.	C, мг.	H, мкг.	PP, мг.
1043,9	0,65			60,43		8,25