

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Волошко К.Ю.

ГБОУ СОШ Новый Сарбай (1-4 классы)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

И.И. Мухоморова



МЕНЮ

на 29.04.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из зеленого горошка консервированного		60	55
Котлеты рыбные с соусом		50/50	132
Пюре картофельное с маслом растительным		150	121
Чай с сахаром		200	61
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	540	440
Обед			
Огурец св. порционно		25	5
Суп картофельный с вермишелью, зеленью		250/1	124
Колбаса отварная с соусом		50/50	154
Рис отварной с маслом растительным		150	193
Компот из смеси сухофруктов + С витамин		200	124
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	786	750
Витаминизация			
Сок фруктовый		200	76
Итого:	16,55	200	76
Всего:	165,85	1 526	1 265

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,76	витА - 274,91	витD - 5,81
33,51	34,53	203,06	витВ2 - 0,54	витВ1 - 0,66	витС - 31,59
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 308,96	І - 284,15	Р - 512,02	Na - 2 316,85		
F - 304,75	Se - 16,87	Mg - 155,61	Fe - 8,13		

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Касаткина Я.Ю.* Касаткина Я.Ю.

Расход продуктов по блюдам - Завтрак

День 5 Неделя 1

N	Наименование	Салат из зеленого горошка консервированного	Котлеты рыбные с соусом	Пюре картофельное с маслом растительным	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Вода		0,01300		0,21000	
2	Горох, консервированный	0,08800				
3	Картофель			0,19728		
4	Лук репчатый	0,00700				
5	Масло подсолнечное	0,00300	0,00500	0,00300		
6	Минтай		0,05100			
7	Молоко			0,02370		
8	Сахар				0,01500	
9	Соль поваренная пищевая йодированная			0,00150		
10	Сухари панировочные		0,00500			
11	Хлеб пшеничный		0,00900			0,03000
12	Чай				0,00100	
13	Лук репчатый*		0,00120			
14	Масло подсолнечное		0,00100			
15	Морковь*		0,00500			
16	Мука в/с*		0,00250			
17	Сахар-песок*		0,00075			
18	Соль йодированная*		0,00060			
19	Томатная паста*		0,00200			

Расход продуктов по блюдам - Обед

День 5 Неделя 1

N	Наименование	Огурец св. порционно	Суп картофельный с вермишелью, зеленью	Колбаса отварная с соусом	Рис отварной с маслом растительным	Компот из смеси сухофруктов + С витамин	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной
		/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/	/ 1.0/
1	Аскорбиновая кислота					0,00002		
2	Вермишель		0,01000					
3	Вода		0,17500					
4	Вода				0,32800	0,20000		
5	Картофель		0,11538					
6	Колбаса вареная			0,05100				
7	Компотная смесь					0,02000		
8	Лимонная кислота					0,00020		
9	Лук репчатый		0,01200					
10	Масло подсолнечное		0,00300		0,00300			
11	Морковь		0,01300					
12	Огурцы свежие	0,02630						
13	Рис				0,05400			
14	Сахар					0,02000		
15	Соль поваренная пищевая йодированная		0,00200		0,00300			
16	Укроп		0,00100					
17	Хлеб пшеничный						0,03000	
18	Хлеб ржаной							0,03000
19	Лук репчатый*			0,00120				
20	Масло подсолнечное			0,00100				
21	Морковь*			0,00500				
22	Мука в/с*			0,00250				
23	Сахар-песок*			0,00075				
24	Соль йодированная*			0,00060				
25	Томатная паста*			0,00200				

Расход продуктов по блюдам - Витаминизация

День 5 Неделя 1

N	Наименование	Сок фруктовый
		/ 1.0/
1	Сок	0,20000

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Касаткина Я.Ю.