

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ККДТ"



Воробьев П.В.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № _____



Смирнов

ГБОУ СОШ "ОЦ" жд.ст. Шентала №1 (1-4 классы)

МЕНЮ

на 07.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом рас,		60	53
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	104
Пюре картофельное ,		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	544	444
Обед			
Салат из свеклы с яблоками и маслом раст,		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	89
Плов с мясом,,		250	609
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		30	89
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	73,60	771	1 012
Всего:	132,70	1 315	1 456

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах			
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 1,36	витЕ - 2,9	вита - 1,47
37,35	62,32	185,3	витВ2 - 0,11	витВ1 - 0,95	витС - 66,15
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 332,49	Mg - 180,29	Fe - 16,61	К - 701,6		

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



ГБОУ СОШ "ОЦ" жд.ст. Шентала №1 (витаминизация) 1-4 классы

М Е Н Ю

на 07.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Витамина			
Апельсины*		100	40
Сок фруктовый		200	85
Итого:	37,10	300	125
Всего:	37,10	300	125

Для всего меню

Белки	В граммах	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах
1,99			29,2	витЕ - 0,05 витВ1 - 0,06 витС - 64
Минеральные вещества в миллиграммах				
Са - 48	Mg - 21	Fe - 3,1	P - 37	

Зав. производством _____ (Куликова Л.А)

Калькулятор _____ стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор
ООО "КДП"



Воробьев П.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



Смирнов И.И.

ГБОУ СОШ "ОЦ" жд.ст. Шентала№1 (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 07.12.2021

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом рас,		60	53
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	104
Пюре картофельное ,		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный		30	89
Итого:	59,10	544	444
Обед			
Салат из свеклы с яблоками и маслом раст,		60	62
Суп картофельный с фасолью и зеленью на бульоне		200/1	89
Плов с мясом,,		250	609
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный		40	118
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	76,40	781	1 041
Всего:	135,50	1 325	1 485

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витРР - 1,36	витЕ - 2,9	вита - 1,47
38,42	62,77	190,6	витВ2 - 0,11	витВ1 - 1,11	витС - 66,23
Минеральные вещества в миллиграммах					
Са - 440,49	Mg - 193,49	Fe - 18,05	К - 701,6		

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

Калькулятор *Алексей* стажер кальк.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

Интернат Шентала
М Е Н Ю

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 1

на 07.12.2021



Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом рас,		60	53
Котлеты рыбные с соусом.		50/50	104
Пюре картофельное ,		150	137
Чай с лимоном		200/3,5	61
Батон порционнo.		30	81
Итого:		544	436
Обед			
Салат из свеклы с яблоками и маслом раст,		60	62
Суп картофельный с фасолью , зеленью на мясном бульон		250/1	107
Гуляш из отварной говядины		50/50	164
Рис отварной .		150	210
Сок фруктовый		200	85
Хлеб пшеничный*..		60	177
Хлеб ржаной		30	78
Итого:		851	883
Полдник			
Пирожки печеные с картошкой		75	160
Сок фруктовый		200	85
Итого:		275	245
Ужин 1			
Апельсины.		180	72
Салат Степной*.		80	108
Шницель из мяса говядины с соусом		50/30	142
Пюре из бобовых с маслом		150	251
Чай с лимоном		200/3,5	61
Хлеб пшеничный*..		60	177
Итого:		754	811
Ужин 2			
Вафли*		26	141
Кефир,		200	112
Итого:	326,00	227	253
Всего:	326,00	2 651	2 628

Для всего меню

В граммах
Белки 90,08
Жиры 85,17
Углеводы 382,89

Витамины в миллиграммах
витРР - 1,37 витЕ - 3,44 ВИТА - 1,47
витВ2 - 0,11 витВ1 - 1,98 витС - 190,88

Минеральные вещества в миллиграммах

Са - 1 166,65 Mg - 337,67 Fe - 26,73

К - 748,94

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

стажер кальк.