



Кузнецова Е.В.  
ГБОУ СОШ Покровка (5-11 класс)

**М Е Н Ю** на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Кк
<b>Завтрак</b>			
№ Печенье**		60	2
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	
№202/309 Макароны изделия отварные. **		180	1
№377 Чай с лимоном		200/3,5	
№ПР Хлеб пшеничный		30	
Итого:	86,75	574	6
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	6
№388 Уха рыбацкая *		15/250/1	22
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	14
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	26
№342 Компот из свежих яблок		200	11
№ПР Хлеб пшеничный		30	8
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	6
Итого:	121,46	906	95
Всего:	208,21	1 480	1 61

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита А - 307,35	витаВ1 - 0,99	витаВ2 - 0,63
52,71	55,2	218,94	витаС - 25,53	витаЕ - 0,36	витаD - 0,79

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 440,91	K - 1 499,18	Ca - 244,41	Mg - 168,17
P - 636,45	Fe - 12,62	I - 260,87	Se - 35,99

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

Калькулятор Куприянова Ю.А. Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.  
ГБОУ СОШ Покровка (мобилизованные 5-11 класс)



**М Е Н Ю**

на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ Печенье**		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные. **		180	172
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	660
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№388 Уха рыбацкая *		15/250/1	220
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	260
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	952
Всего:	228,02	1 680	1 644

Для всего меню

В граммах		
Белки	Жиры	Углеводы
53,38	55,5	226,62

Витамины в миллиграммах		
ВИТА - 307,35	ВИТВ1 - 0,99	ВИТВ2 - 0,63
ВИТС - 25,53	ВИТЕ - 0,36	ВИТD - 0,79

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 2 440,91	K - 1 499,18	Ca - 244,71	Mg - 168,17
P - 636,45	Fe - 12,67	I - 260,87	Se - 35,99

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

Калькулятор Куприянова Ю.А. Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.  
ГБОУ СОШ Покровка (многодетные 5-11 класс)

**М Е Н Ю**

на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ Печенье**		60	221
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные. **		180	172
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	86,75	574	660
<b>Витаминизация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокачанной капусты с морковью.		100	60
№388 Уха рыбацкая *		15/250/1	220
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№1/198 Пюре из бобовых с м/раст...		180	260
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	121,46	906	952
Всего:	228,02	1 680	1 644

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 307,35	витВ1 - 0,99	витВ2 - 0,63	
53,38	55,5	226,62	витС - 25,53	витЕ - 0,36	витD - 0,79	
Минеральные вещества в миллиграммах						
Na - 2 440,91	K - 1 499,18	Ca - 244,71	Mg - 168,17			
P - 636,45	Fe - 12,67	I - 260,87	Se - 35,99			

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)  
Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.





Кузнецова Е.В.  
ГБОУ СОШ Покровка (мобилизованные 1-4 класс)



**М Е Н Ю**

на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье,...		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>544</b>	<b>545</b>
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
<b>Итого:</b>	<b>19,81</b>	<b>200</b>	<b>32</b>
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	190
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>786</b>	<b>818</b>
<b>Всего:</b>	<b>198,82</b>	<b>1 530</b>	<b>1 395</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 226,63	витВ1 - 0,96	витВ2 - 0,61
46,87	47,7	198,84	витС - 19,66	витЕ - 0,36	витD - 0,79
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 089,77	K - 1 326,7	Ca - 231,9	Mg - 162,96		
P - 644,86	Fe - 13	i - 218,13	Se - 31,86		

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

Калькулятор Куприянова Ю.А. Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.  
ГБОУ СОШ Покровка ( 1-4 класс)



**М Е Н Ю**

на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье,...		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
<b>Итого:</b>	<b>74,58</b>	<b>544</b>	<b>545</b>
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
<b>Итого:</b>	<b>19,81</b>	<b>200</b>	<b>32</b>
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	190
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
<b>Итого:</b>	<b>104,43</b>	<b>786</b>	<b>818</b>
<b>Всего:</b>	<b>198,82</b>	<b>1 530</b>	<b>1 395</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витА - 226,63	витВ1 - 0,96	витВ2 - 0,61
46,87	47,7	198,84	витС - 19,66	витЕ - 0,36	витD - 0,79
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 089,77	K - 1 326,7	Ca - 231,9	Mg - 162,96		
P - 644,86	Fe - 13	I - 218,13	Se - 31,86		

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Куприянова Ю.А.



Кузнецова Е.В.

ГБОУ СОШ Покровка (ОВЗ)



**М Е Н Ю**

на 02.12.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№ПР Печенье,...		60	110
№268 Котлеты из мяса с соусом.		100	89
№202/309 Макароны изделия отварные **		150	168
№377 Чай с лимоном		200/3,5	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:	74,58	544	545
<b>Витаминация</b>			
№АКТ Компот из свежемороженых ягод + витамин С		200	32
Итого:	19,81	200	32
<b>Обед</b>			
№45 Салат из белокочанной капусты с морковью .		60	32
№388/625 Уха рыбацкая		15/200/1	190
№243/759 Сосиски отварные с томатным соусом		100	149
№199 Пюре из бобовых с м/растит.		150	185
№342 Компот из свежих яблок		200	115
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:	104,43	786	818
Всего:	198,82	1 530	1 395

Для всего меню

Белки	Жиры	Углеводы	Витамины в миллиграммах		
46,87	47,7	198,84	вита А - 226,63	витВ1 - 0,96	витВ2 - 0,61
			витС - 19,66	витЕ - 0,36	витD - 0,79
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 089,77	K - 1 326,7	Ca - 231,9	Mg - 162,96		
P - 644,86	Fe - 13	I - 218,13	Se - 31,86		

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

Калькулятор Куприянова Ю.А. Куприянова Ю.А.