



Ларионова И.А.



ГБОУ СОШ Купино

МЕНЮ

на 26.06.2024

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
<b>Завтрак</b>			
№3 Бутерброд с сыром*		20/30	189
№ПР Пряник. *,,		48	284
№210 Омлет натуральный ..*		160	200
№377 Чай с лимоном**,,		200/7	97
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
Итого:		495	851
<b>Обед</b>			
№82 Борщ из свежей капусты с картофелем, филе птиц и		250/12,5/10	117
№268 Бифштекс рубленный с маслом*		63	175
№302/171 Каша гречневая рассыпчатая,**		150	244
№375 Компот из свежих ягод		200	91
№ПР Хлеб пшеничный		30	81
№ПР Хлеб ржано пшеничный		30	67
Итого:		746	774
Всего:	165,62	1 241	1 624

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	вита	витВ1	витВ2
55,05	53,34	220,44	- 428,15	- 0,7	- 1,07
			витС - 72,11	витРР - 0,04	витЕ - 0,26
Минеральные вещества в миллиграммах					
Na - 2 474,71	K - 1 032,82	Ca - 564,02	Mg - 238,62		
P - 846,82	Fe - 13,09	I - 257,78	Se - 47,68		

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

Калькулятор

Куприянова Ю.А.