

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

На 07.05.2025 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Курица тушеная в соусе		50/50	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	85,00		78,77	664
Обед				
Суп картофельный с клецками		200	15,03	106
Печень по-строгановски (г)		100	3,52	185
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		40	20,00	100
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,17		102,92	720
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Итого:	37,83		69,66	433
Весь рацион питания:	233,00		251,35	1817

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
107,22	62,61	251,35

Витамины в миллиграммах

B1	B2	C	A	E
0,94	145,44	134,56	5902,44	1,14

Минеральные вещества в миллиграммах

Ca	P	Mg	Fe
248,03	784,81	291,67	17,29

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО

Директор Школы №27

На 07.05.2025 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Курица тушенная в соусе		50/50	2,90	162
Каша гречневая рассыпчатая		180	47,83	337
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	91,52		86,74	720
Обед				
Суп картофельный с клецками		250	18,79	133
Печень по-строгановски (г)		100	3,52	185
Пюре картофельное		200	27,20	183
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		40	20,00	100
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	128,14		113,48	793
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		150	63,21	482
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Итого:	57,11		90,73	594
Весь рацион питания:	276,77		290,95	2107

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
114,13	74,02	290,95	1,10	145,51	141,78	5933,15	1,14
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
276,96	892,07	344,11	19,30				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

