

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ "Лицей
Философии" г.о. Самара

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 03.05.2022 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Яйца вареные | | 40 | 0,03 | 63 |
| Печенье | | 60 | 44,64 | 250 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным | | 200 | 42,34 | 284 |
| Итого: | 80,00 | | 104,38 | 684 |
| Обед | | | | |
| Суп с рыбными консервами новый | | 200 | 11,47 | 134 |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) | | 200 | 14,10 | 58 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 24,60 | 118 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Сердце в соусе | | 100 | 2,10 | 152 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | | 150 | 37,56 | 244 |
| Итого: | 105,00 | | 106,28 | 786 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с повидлом | | 75 | 41,67 | 200 |
| Компот из свежей вишни | | 200 | 28,20 | 117 |
| Итого: | 35,86 | | 69,87 | 317 |
| Весь рацион питания: | 220,86 | | 280,53 | 1787 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | B1 | B2 | C | A | E |
| 52,86 | 48,08 | 280,53 | 0,67 | 1,48 | 14,36 | 247,09 | 1,20 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Ca | P | Mg | Fe | | | | |
| 377,87 | 758,80 | 182,46 | 11,83 | | | | |



Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .