

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ ЛФПГ  
г.о. Самара

МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 19.04.2023 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с яблоками		100	8,52	40
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Повидло		40	26,00	100
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
	Итого: 75,00		126,35	648
Обед				
Салат из свеклы отварной		60	4,96	56
Суп из овощей на курином бульоне		250/15	9,15	100
Курица отварная с соусом		50/50	3,24	201
Каша пшеничная рассыпчатая		150	40,06	260
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
	Итого: 96,00		116,14	880
	Весь рацион питания: 171,00		242,49	1528

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
147,20	42,13	242,49	0,54	0,82	70,55	168,25	6,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
344,62	661,48	175,61	10,58				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтамянова В. А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ ЛФПГ  
г. о. Самара

МБОУ ЛФПГ г. о. Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

На 19.04.2023 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с яблоками		100	8,52	40
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Повидло		40	26,00	100
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
	Итого: 75,00		126,35	648
Обед				
Салат из свеклы отварной		60	4,96	56
Суп из овощей на курином бульоне		250/15	9,15	100
Курица отварная с соусом		50/50	3,24	201
Каша пшеничная рассыпчатая		150	40,06	260
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
	Итого: 96,00		116,14	880
	Весь рацион питания: 171,00		242,49	1528

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,54	0,82	70,55	168,25	6,82
147,20	42,13	242,49					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
344,62	661,48	175,61	10,58				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.

