

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1



МБОУ "Лицей философии" г.о.Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Котлеты рыбные из минтая с соусом		50/50	11,40	168
Пюре картофельное		150	20,40	137
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>83,57</b>	<b>589</b>
<b>Обед</b>				
Маринад овощной		100	8,20	104
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		200	19,38	110
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Каша перловая рассыпчатая		150	32,91	220
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>129,68</b>	<b>901</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с капустой и луком		75	31,53	185
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
<b>Итого:</b>	<b>35,86</b>		<b>47,54</b>	<b>251</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>220,86</b>		<b>260,78</b>	<b>1741</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
92,21	53,15	260,78	0,71	0,38	59,82	147,80	5,77
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
351,35	764,12	228,61	11,53				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

