

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 19.03.2024 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		200	55,78	322
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Итого:	80,00		105,63	685
Обед				
Борщ со свежей капустой , картофелем		200	8,74	77
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Икра морковная		100	0,35	91
Итого:	105,00		113,28	877
Полдник				
Пирожок печеный с картофелем		75	30,69	167
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Итого:	35,86		58,57	282
Весь рацион питания:	220,86		277,48	1844

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
59,70	49,78	277,48	1,05	0,73	19,78	148,79	0,29
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
445,41	887,11	306,20	31,87				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .

