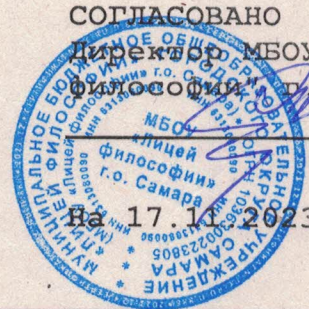


МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МЕНЮ

На 17.10.2023 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Какао с молоком		210	18,45	125
Каша вязкая молочная из пшенной крупы		200	54,30	352
Тыква запечённая		100	3,83	54
Бутерброд с повидлом		30/30	10,00	94
Итого:	75,00		86,61	688
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша ячневая рассыпчатая		180	38,62	263
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		112,80	841
Весь рацион питания:	171,00		199,41	1529

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
63,22	61,13	199,41	1,13	1,61	15,89	273,57	6,27
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
737,81	1173,64	252,74	14,28				

Директор _____

(Михаилев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. _____



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 17/11.2023 (пятница)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Какао с молоком		210	18,45	125
Каша вязкая молочная из пшенной крупы		200	54,30	352
Тыква запечённая		100	3,83	54
Бутерброд с повидлом		30/30	10,00	94
Итого:	75,00		86,61	688
Обед				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша ячневая рассыпчатая		180	38,62	263
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		112,80	841
Весь рацион питания:	171,00		199,41	1529

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
63,22	61,13	199,41	1,13	1,61	15,89	273,57	6,27
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
737,81	1173,64	252,74	14,28				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

