

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: 7-11 лет

На 04.04.2023 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		50	4,17	67
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	195
Пюре картофельное		150	13,63	155
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		81,91	650
Обед				
Салат картофельный с зеленым горошком		60	5,73	68
Борщ со свежей капустой , картофелем		250	10,93	120
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным		50/50	8,50	190
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		110,33	868
Весь рацион питания:	171,00		192,24	1518

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
86,70	52,61	192,24	0,85	1,97	43,81	120,80	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
223,40	644,94	249,00	18,94				

Директор

(Михалев А. И.)

Калькулятор

Бригадир

Ахтямова В. А.



МБОУ ЛФПГ г. о. Самара

М Е Н Ю

На 04.04.2023 (вторник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		50	4,17	67
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	195
Пюре картофельное		150	13,63	155
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		81,91	650
Обед				
Салат картофельный с зеленым горошком		60	5,73	68
Борщ со свежей капустой, картофелем		250	10,93	120
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным		50/50	8,50	190
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		110,33	868
Весь рацион питания:	171,00		192,24	1518

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
86,70	52,61	192,24	0,85	1,97	43,81	120,80	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
223,40	644,94	249,00	18,94				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтямова В. А.

