

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара



№ 27.09.2023 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Молоко сгущеное		40	22,20	131
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		125,51	721
Обед				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	9,15	95
Курица отварная с соусом		50/50	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	96,00		121,22	861
Весь рацион питания:	171,00		246,72	1582

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах								
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
53,04	37,92	246,72	1,02	1,07	16,47	175,05	17,05	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
500,89	827,84	201,24	12,30					

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____



Ахтямянова В. А.

СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара
 На 27.09.2023 (среда)

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Молоко сгущенное		40	22,20	131
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		125,51	721
Обед				
Суп из овощей на курином бульоне (с/н)		250	9,15	95
Курица отварная с соусом		50/50	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Итого:	96,00		121,22	861
Весь рацион питания:	171,00		246,72	1582

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
53,04	37,92	246,72	1,02	1,07	16,47	175,05	17,05	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
500,89	827,84	201,24	12,30					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор



Ахтамянова В. А.