

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ЛФПГ
г.о. Самара

МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 13.04.2023 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		50	4,17	67
Плов из курицы		50/150	26,80	322
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого: 75,00			71,57	573
Обед				
Огурцы натуральные соленые		50	0,85	5
Щи из свежей капусты с картофелем		250	7,90	90
Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе		60/50	9,44	142
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого: 96,00			98,00	670
Весь рацион питания: 171,00			169,57	1243

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
90,99	42,98	169,57	0,81	0,42	23,34	77,60	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
261,82	574,90	172,51	10,95				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ЛФПГ
г.о. Самара

МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 13.04.2023 (четверг)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		50	4,17	67
Плов из курицы		50/150	26,80	322
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:		75,00	71,57	573
Обед				
Огурцы натуральные соленые		50	0,85	5
Щи из свежей капусты с картофелем		250	7,90	90
Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе		60/50	9,44	142
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	242
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:		96,00	98,00	670
Весь рацион питания:		171,00	169,57	1243

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,81	0,42	23,34	77,60	0,00
90,99	42,98	169,57					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Mg	Fe				
261,82	574,90	172,51	10,95				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

