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 22.04.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы		250	60,45	398
Фрукт (сезонный) пор.		140	13,72	66
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	85,00		116,24	726
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Плов из курицы		250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	110,00		117,64	859
Полдник				
Плюшка московская		100	56,00	350
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	54,13		70,10	408
Весь рацион питания:	249,13		303,98	1993

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
53,33	57,64	303,98	0,54	0,88	27,67	185,52	0,52

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
559,90	670,99	191,96	10,09

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства Алферова А. .