

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 10.06.2025 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364
Яйца вареные		40	0,03	63
Какао с молоком		200	17,57	119
Итого:	103,37		95,55	727
Обед				
Овощи натуральные свежие - огурцы		100	1,90	12
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	134,00		108,00	800
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Ряженка		200	8,40	102
Итого:	49,50		49,53	422
Весь рацион питания:	286,87		253,08	1949

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
56,73	69,16	253,08	0,82	1,12	15,47	335,15	0,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
738,12	922,37	214,21	10,58				

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

М Е Н Ю

На 10.06.2025 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Каша жидкая молочная из манной крупы		250	52,95	364
Яйца вареные		40	0,03	63
Какао с молоком		200	17,57	119
Итого:	103,37		95,55	727
Обед				
Овощи натуральные свежие - огурцы		100	1,90	12
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	134,00		108,00	800
Полдник				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Ряженка		200	8,40	102
Итого:	49,50		49,53	422
Весь рацион питания:	286,87		253,08	1949

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
56,73	69,16	253,08	0,82	1,12	15,47	335,15	0,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
738,12	922,37	214,21	10,58				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР