

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 20.02.2024 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|----------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Запеканка рисовая с творогом и повидлом | | 200 | 55,78 | 322 |
| Чай с лимоном | | 200/7/10 | 7,71 | 42 |
| Булочка дорожная (ш) | | 100 | 42,14 | 321 |
| Итого: | 80,00 | | 105,63 | 685 |
| Обед | | | | |
| Борщ со свежей капустой, картофелем | | 200 | 8,74 | 77 |
| Котлеты из говядины с томатным соусом | | 100 | 10,10 | 201 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | | 150 | 37,56 | 244 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Маринад овощной | | 100 | 8,20 | 104 |
| Итого: | 105,00 | | 123,69 | 892 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с картофелем | | 75 | 30,69 | 167 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Итого: | 35,86 | | 58,57 | 282 |
| Весь рацион питания: | 220,86 | | 287,89 | 1859 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 52,36 | 57,39 | 287,89 | 0,69 | 0,65 | 27,96 | 156,29 | 4,01 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 379,20 | 831,50 | 290,06 | 29,93 | | | | |

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .