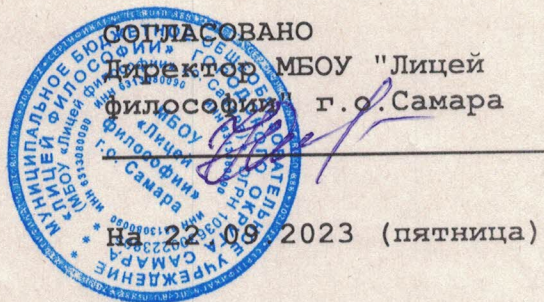


ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1



МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МЕНЮ

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Бутерброд с сыром		30/10	14,76	107
Каша рисовая вязкая молочная с маслом		200/5	43,39	266
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	75,00		86,67	612
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Рагу из куриного филе (с капустой)		250	21,50	308
Винегрет овощной (лук реп.)		60	4,37	75
Итого:	96,00		97,56	802
Весь рацион питания:	171,00		184,23	1414
Итого:	75,00		86,67	612

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
48,44	51,14	184,23	0,58	0,72	30,32	236,17	0,23
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
406,84	663,80	180,31	10,15				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор



Ахтамянова В. А.