

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ЛФПГ
г.о. Самара

МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 14.04.2023 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Фрукт | | 140 | 9,10 | 49 |
| Каша вязкая молочная из пшеничной крупы | | 200 | 44,32 | 312 |
| Булочка дорожная (ш) | | 60 | 25,28 | 193 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Итого: | | 75,00 | 96,07 | 641 |
| Обед | | | | |
| Суп с рыбными консервами | | 250 | 14,34 | 168 |
| Биточки из филе кур с соусом | | 50/50 | 11,64 | 195 |
| Рагу из овощей | | 150 | 12,29 | 203 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | | 96,00 | 97,35 | 832 |
| Весь рацион питания: | | 171,00 | 193,43 | 1473 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 40,69 | 57,85 | 193,43 | 0,75 | 0,87 | 32,84 | 170,07 | 0,00 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 413,94 | 567,22 | 186,04 | 10,48 | | | | |

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова 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 14.04.2023 (пятница)

Возрастная категория: 12-18 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Фрукт | | 140 | 9,10 | 49 |
| Каша вязкая молочная из пшеничной крупы | | 200 | 44,32 | 312 |
| Булочка дорожная (ш) | | 60 | 25,28 | 193 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Итого: | 75,00 | | 96,07 | 641 |
| Обед | | | | |
| Суп с рыбными консервами | | 250 | 14,34 | 168 |
| Биточки из филе кур с соусом | | 50/50 | 11,64 | 195 |
| Рагу из овощей | | 150 | 12,29 | 203 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 96,00 | | 97,35 | 832 |
| Весь рацион питания: | 171,00 | | 193,43 | 1473 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 40,69 | 57,85 | 193,43 | 0,75 | 0,87 | 32,84 | 170,07 | 0,00 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 413,94 | 567,22 | 186,04 | 10,48 | | | | |

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.