

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 07.10.2023 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		180	50,20	290
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Булочка ванильная		100	44,48	322
Итого:	75,00		102,39	654
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем		250	10,93	96
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		131,96	900
Весь рацион питания:	171,00		234,35	1554

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	2,03	0,72	16,25	135,41	0,26
57,21	42,84	234,35					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
397,82	858,72	278,77	31,00				

Директор _____



(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

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

Возрастная категория: 12-18 лет

На 17.10.2023 (вторник)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		180	50,20	290
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Булочка ванильная		100	44,48	322
Итого:	75,00		102,39	654
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем		250	10,93	96
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		131,96	900
Весь рацион питания:	171,00		234,35	1554

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
57,21	42,84	234,35	2,03	0,72	16,25	135,41	0,26
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
397,82	858,72	278,77	31,00				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтамянова В. А.

