

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

№ 24.14.2023 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|---------------|-------|---------------|-------------|
| Первый завтрак | | | | |
| Яйца вареные | | 40 | 0,03 | 63 |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным | | 220 | 42,07 | 324 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Бутерброд с маслом сливочным | | 50/10 | 25,00 | 181 |
| Итого: | 75,00 | | 84,47 | 655 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с бобовыми | | 250 | 16,54 | 163 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 24,60 | 118 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г) | | 110 | 14,00 | 130 |
| Картофель отварной с луком | | 150 | 20,84 | 167 |
| Итого: | 96,00 | | 108,44 | 724 |
| Весь рацион питания: | 171,00 | | 192,90 | 1379 |

| Для всего меню | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| В граммах | | | В1 | В2 | С | А | Е |
| Белки | Жиры | Углеводы | 0,70 | 1,03 | 36,92 | 225,81 | 0,00 |
| 38,56 | 42,83 | 192,90 | | | | | |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 393,29 | 734,05 | 174,59 | 8,60 | | | | |

Директор _____

Алферова А. А.

Зав. производства



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 24.11.2023 (пятница)

Возрастная категория: 12-18 лет



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|---------------|-------|---------------|-------------|
| Первый завтрак | | | | |
| Яйца вареные | | 40 | 0,03 | 63 |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным | | 220 | 42,07 | 324 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Бутерброд с маслом сливочным | | 50/10 | 25,00 | 181 |
| Итого: | 75,00 | | 84,47 | 655 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с бобовыми | | 250 | 16,54 | 163 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 24,60 | 118 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г) | | 110 | 14,00 | 130 |
| Картофель отварной с луком | | 150 | 20,84 | 167 |
| Итого: | 96,00 | | 108,44 | 724 |
| Весь рацион питания: | 171,00 | | 192,90 | 1379 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 38,56 | 42,83 | 192,90 | 0,70 | 1,03 | 36,92 | 225,81 | 0,00 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 393,29 | 734,05 | 174,59 | 8,60 | | | | |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

