

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ЛФПГ
г.о. Самара

МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 11.04.2023 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Булочка ванильная		100	44,48	322
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Повидло		30	19,50	75
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:		75,00	136,31	813
Обед				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		250/10	10,93	130
Шницель рыбный из минтая с соусом		50/50	8,00	160
Пюре картофельное		150	13,63	155
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	106,49	838
Весь рацион питания:		171,00	242,80	1651

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
93,93	43,14	242,80	1,57	0,64	42,98	145,76	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
373,11	750,54	231,14	27,71				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямянова 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 11.04.2023 (вторник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Булочка ванильная		100	44,48	322
Запеканка рисовая с творогом		150	49,86	303
Повидло		30	19,50	75
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	75,00		136,31	813
Обед				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		250/10	10,93	130
Шницель рыбный из минтая с соусом		50/50	8,00	160
Пюре картофельное		150	13,63	155
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		106,49	838
Весь рацион питания:	171,00		242,80	1651

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
93,93	43,14	242,80	1,57	0,64	42,98	145,76	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
373,11	750,54	231,14	27,71				



Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.