

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 02.02.2024 (пятница)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Яйца вареные		40	0,03	63
Булочка домашняя		60	26,35	191
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным		200	42,34	284
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>86,09</b>	<b>625</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		200	13,23	130
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Сердце в соусе		100	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		150/10	40,06	260
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>100,70</b>	<b>751</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с повидлом		75	41,67	200
Компот из свежей вишни		200	28,20	117
<b>Итого:</b>	<b>35,86</b>		<b>69,87</b>	<b>317</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>220,86</b>		<b>256,66</b>	<b>1693</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
49,15	47,55	256,66	0,78	1,42	11,73	233,99	1,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
368,51	757,62	176,97	11,82				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.





МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Яйца вареные		40	0,03	63
Булочка домашняя		60	26,35	191
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным		250	52,93	355
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>		<b>96,68</b>	<b>696</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Сердце в соусе		100	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		180	45,07	293
<b>Итого:</b>	<b>110,00</b>		<b>109,01</b>	<b>817</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с повидлом		100	55,56	267
Компот из свежей вишни		200	28,20	117
<b>Итого:</b>	<b>54,13</b>		<b>83,76</b>	<b>384</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>249,13</b>		<b>289,45</b>	<b>1897</b>

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,86	1,48	13,19	253,13	1,50
53,78	52,81	289,45					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
414,76	829,39	196,72	12,81				

Директор

Зав. производства



(Михалев А. И.)

Алферова А.