

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ ЛФПГ  
г.о. Самара

МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



На 07.02.2023 (вторник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		150/20	50,20	299
Булочка ванильная		50	22,24	142
Какао с молоком		200	17,57	119
<b>Итого:</b>	<b>75,00</b>		<b>104,90</b>	<b>696</b>
<b>Обед</b>				
Зеленый горошек порц.		60	3,60	23
Борщ со свежей капустой, картофелем и зеленью		250	10,93	104
Шницель рыбный из минтая в соусе		50/50	8,00	160
Пюре картофельное		150	20,44	137
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
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>		<b>88,28</b>	<b>633</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>171,00</b>		<b>193,18</b>	<b>1329</b>

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы
41,16	40,91	193,18

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Mg	Fe
390,56	659,25	158,62	7,57

Витамины в миллиграммах

В1	В2	С	А	Е
0,99	0,55	37,47	208,30	0,25

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтямова В. А.



МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 07.02.2023 (вторник)

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		150/20	50,20	299
Булочка ванильная		50	22,24	142
Какао с молоком		200	17,57	119
<b>Итого:</b>	<b>75,00</b>		<b>104,90</b>	<b>696</b>
<b>Обед</b>				
Зеленый горошек порц.		60	3,60	23
Борщ со свежей капустой, картофелем и зеленью		250	10,93	104
Шницель рыбный из минтая в соусе		50/50	8,00	160
Пюре картофельное		150	20,44	137
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
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>		<b>88,28</b>	<b>633</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>171,00</b>		<b>193,18</b>	<b>1329</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,16	40,91	193,18	0,99	0,55	37,47	208,30	0,25
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
390,56	659,25	158,62	7,57				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамьянова В. А.

