

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ЛФПГ
г.о. Самара



МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 16.05.2023 (вторник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	195
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
+С вит		50	24,60	118
Хлеб пшеничный				
Итого:	75,00		89,52	645
Обед				
Салат картофельный с зеленым горошком		60	5,73	68
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		250/10	11,30	96
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным		50/50	8,50	190
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
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
Итого:	96,00		110,70	844
Весь рацион питания:	171,00		200,22	1489

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,85	1,97	42,81	130,80	0,00
95,34	55,36	200,22					
Минеральные вещества в миллиграммах			Fe				
Ca	P	Mg	19,00				
227,93	649,04	250,00					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамьянова В. А.





МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 16.05.2023 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Икра кабачковая		60	5,00	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	11,64	195
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	75,00		89,52	645
Обед				
Салат картофельный с зеленым горошком		60	5,73	68
Борщ со свежей капустой, картофелем и сметаной		250/10	11,30	96
Оладьи из печени(г) с соусом сметанным		50/50	8,50	190
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
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
Итого:	96,00		110,70	844
Весь рацион питания:	171,00		200,22	1489

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
95,34	55,36	200,22	0,85	1,97	42,81	130,80	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
227,93	649,04	250,00	19,00				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор



Ахтамянова В. А.