

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МЕНЮ



Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Фрукт		140	13,72	66
Каша жидкая молочная из манной крупы		200	42,36	291
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	75,00		85,07	551
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей ( квашенной) с морковью		60	3,88	36
Рассольник Ленинградский (н)		250	11,98	107
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		117,06	813
Весь рацион питания:	171,00		202,13	1364

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,48	0,37	36,76	155,46	0,07
29,40	40,19	202,13					
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
282,00	367,16	97,79	9,12				

Директор

(Михалев А. И.)



Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.



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 25.09.2023  
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Фрукт		140	13,72	66
Каша жидкая молочная из манной крупы		200	42,36	291
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	75,00		85,07	551
Обед				
Салат из белокочанной капусты свежей ( квашенной) с морковью		60	3,88	36
Рассольник Ленинградский (н)		250	11,98	107
Биточки из говядины в соусе		50/50	10,10	201
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		117,06	813
Весь рацион питания:	171,00		202,13	1364

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах			В1	В2	С	А	Е
Белки	Жиры	Углеводы	0,48	0,37	36,76	155,46	0,07
29,40	40,19	202,13					
Минеральные вещества в миллиграммах			Fe				
Са	Р	Mg	9,12				
282,00	367,16	97,79					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.

