

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ ЛФПГ
г. о. Самара

На 10.04.2023
(понедельник)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Каша вязкая молочная из риса, пшеница с маслом и сахаром		200	43,46	300
Фрукт		140	9,10	49
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Итого:	75,00		84,82	572
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Каша перловая рассыпчатая		150	32,91	220
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Салат картофельный с огурцами солеными		50	4,25	60
Итого:	96,00		111,01	861
Весь рацион питания:	171,00		195,83	1433

Для всего меню			Витамины в миллиграммах				
В граммах							
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
35,44	52,70	195,83	0,62	0,80	14,30	181,80	0,41
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
368,34	680,99	171,77	8,86				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир _____

Калькулятор _____

Ахтаминова В. А.



МБОУ ЛФПГ г.о. Самара

М Е Н Ю

На 10.04.2023
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал	
Первый завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136	
Каша вязкая молочная из риса, пшена с маслом и сахаром		200	43,46	300	
Фрукт		140	9,10	49	
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87	
Итого:			75,00	84,82	572
Обед					
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163	
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201	
Каша перловая рассыпчатая		150	32,91	220	
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66	
Хлеб пшеничный		30	14,76	71	
Хлеб ржаной		35	16,45	80	
Салат картофельный с огурцами солеными		50	4,25	60	
Итого:			96,00	111,01	861
Весь рацион питания:			171,00	195,83	1433

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах								
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E	
35,44	52,70	195,83	0,62	0,80	14,30	181,80	0,41	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg	Fe					
368,34	680,99	171,77	8,86					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.

