

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Лицей философии» г.о. Самара

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МЕНЮ

На 12.12.2023 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Маринад овощной		100	8,20	104
Напиток из смеси сухофруктов + витамин		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Биточки из горбуши с соусом		50/50	13,11	155
Пюре картофельное		150	20,40	137
<b>Итого:</b>	<b>75,00</b>		<b>72,48</b>	<b>533</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>96,00</b>		<b>129,23</b>	<b>865</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>171,00</b>		<b>201,71</b>	<b>1398</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
41,54	48,10	201,71	0,73	1,16	41,11	111,50	4,54
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
251,09	675,30	313,67	13,63				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара  
 На 12.12.2020 (вторник)

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Маринад овощной		100	8,20	104
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Биточки из горбуши с соусом		50/50	13,11	155
Пюре картофельное		150	20,40	137
Итого:	75,00		72,48	533
Обед				
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
Котлеты из говядины с томатным соусом		50/50	10,10	201
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		129,23	865
Весь рацион питания:	171,00		201,71	1398

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
41,54	48,10	201,71	0,73	1,16	41,11	111,50	4,54
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
251,09	675,30	313,67	13,63				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

