

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

Возрастная категория: 12-18 лет

На 01.03.2024 (пятница)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Булочка домашняя		60	26,35	191
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным		250	52,93	355
Итого:	85,00		96,68	696
Обед				
Суп с рыбными консервами новый		250	14,34	168
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
Сердце в соусе		100	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		180	45,07	293
Итого:	110,00		106,82	822
Полдник				
Пирожок печеный с повидлом		100	55,56	267
Компот из свежей вишни		200	28,20	117
Итого:	54,13		83,76	384
Весь рацион питания:	249,13		287,25	1902

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
56,89	55,94	287,25	0,73	1,56	16,48	268,13	1,50
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
417,38	812,10	208,49	12,14				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .