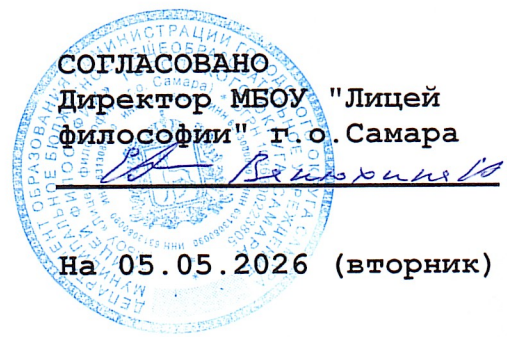


ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1



МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

**М Е Н Ю**

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		200	55,78	322
Чай с сахаром		210	13,60	40
Пряники		60	40,99	224
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>	<b>500</b>	<b>125,36</b>	<b>661</b>
<b>Обед</b>				
Борщ со свежей капустой, картофелем, сметаной и зеленью		206	10,56	95
Котлеты, биточки (особые) с соусом (331)		100	9,30	180
Пюре из гороха с маслом		150	35,00	256
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
<b>Итого:</b>	<b>114,91</b>	<b>721</b>	<b>114,19</b>	<b>801</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с картофелем		100	40,92	223
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
<b>Итого:</b>	<b>39,46</b>	<b>300</b>	<b>68,80</b>	<b>338</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>239,37</b>	<b>1521</b>	<b>308,35</b>	<b>1800</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,52	39,97	308,35	1,02	0,36	20,91	91,28	3,22
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
305,71	581,23	181,25	13,16				

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар



(Михалев А. И.)  
Алферова А. С.