

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

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

МБОУ "Лицей философии" г.о. Самара

МЕНЮ

На 11.09.2023
 (понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Яйца вареные		40	0,03	63
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Бутерброд с маслом сливочным		30/10	14,89	136
Рис отварной с овощами (мексиканская смесь)		250	48,00	242
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Итого:	75,00		91,28	552
Обед				
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Рагу из куриного филе (с капустой)		250	21,50	308
Винегрет овощной (лук реп.)		60	4,37	75
Итого:	96,00		97,56	802
Весь рацион питания:	171,00		188,84	1354

Для всего меню				Витамины в миллиграммах				
В граммах	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E
Белки								
48,71	51,12	188,84		0,62	0,60	33,95	160,67	0,00
Минеральные вещества в миллиграммах								
Ca	P	Mg		Fe				
226,86	539,80	168,59		11,48				



Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.