ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ Школы г.о.Самара

№165

МБОУ Школа г.о.Самара №165

М Е Н Ю

На 03.09.2025 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Завтрак платный 5-11 класс				
Булочка дорожная (ш)		90	37,93	289
Запеканка рисовая с творогом и повидлом		250	69,72	403
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	96,52		136,25	807
Обед платный 5-11 класс				
Борщ со свежей капустой,картофелем и сметаной		250	11,01	145
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,39	166
Пюре из гороха с маслом		200	46,67	323
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	133,14		127,40	904
Весь рацион питания:	229,66		263,65	1711

Для всего меню

В граммах			Витамины в милиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
57,51	52,78	263,65	1,12	0,53	12,32	179,04	1,33

Минеральные вещества в милиграммах

Ca	P	Mg	Fe
341,45	714,01	214,79	14,43

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства Алферова А. .