

МБОУ Школа г.о.Самара

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ Школы
г.о.Самара

На 22.11.2025 (суббота)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Завтрак платный 5-11 класс				
Печенье		70	52,08	292
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы		250	55,40	390
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	96,52		146,08	903
Обед платный 5-11 класс				
Суп с рыбными консервами новый		250	14,34	168
Биточки из филе кур с соусом		100	12,32	178
Каша пшенная рассыпчатая		200	52,31	356
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	133,14		142,43	990
Весь рацион питания:	229,66		288,51	1893

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
51,52	61,11	288,51	0,78	0,59	11,59	227,73	0,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
401,57	732,54	245,33	13,33				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.