

МБОУ Школа г.о. Самара №165

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

На 19.11.2025 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Полдник				
Булочка дорожная (ш)		100	42,14	321
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Итого:	42,83		55,74	361
Обед платный 1-4 класс				
Суп картофельный с клецками на курином бульоне (с/н)		200	15,03	106
Оладьи из печени (г) с соусом сметанным		100	8,50	190
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из плодов шиповника		200	27,52	112
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	115,17		112,90	750
Весь рацион питания:	158,00		168,64	1111

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
29,29	36,43	168,64	0,57	1,23	73,30	90,34	0,82
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
142,48	369,77	115,03	13,16				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.

