

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №7

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №7

На 28.02.2024 (среда)

| Наименование блюда   | Цена   | Выход  | Углеводы | Ккал |
|--|--------|--------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>  |        |        |          |      |
| Салат из моркови с сахаром   |        | 100    | 11,48    | 82   |
| Запеканка рисовая с творогом   |        | 200    | 66,48    | 404  |
| Молоко сгущеное  |        | 30     | 16,65    | 98   |
| Смородиновый чай   |        | 200/10 | 15,20    | 62   |
| Хлеб пшеничный   |        | 30     | 14,76    | 71   |
| Итого:   | 80,00  |        | 124,57   | 717  |
| <b>Обед</b>  |        |        |          |      |
| Салат из свеклы отварной   |        | 100    | 8,26     | 93   |
| Суп из овощей на курином бульоне (с/н)   |        | 200    | 7,32     | 76   |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) |        | 200    | 14,10    | 58   |
| Хлеб пшеничный   |        | 30     | 14,76    | 71   |
| Хлеб ржаной  |        | 35     | 16,45    | 80   |
| Курица отварная с соусом   |        | 50/50  | 1,09     | 176  |
| Каша рассыпчатая гречневая   |        | 150    | 38,64    | 244  |
| Итого:   | 105,00 |        | 100,62   | 798  |
| <b>Полдник</b>   |        |        |          |      |
| Крендель " Сахарный "  |        | 75     | 42,00    | 278  |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит   |        | 200    | 27,88    | 115  |
| Итого:   | 35,86  |        | 69,88    | 393  |
| Весь рацион питания:   | 220,86 |        | 295,07   | 1908 |

**Для всего меню**

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |       |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|-------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е     |
| 51,76                               | 51,99  | 295,07   | 0,69                    | 0,80 | 24,59 | 168,96 | 13,71 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |       |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |       |
| 400,90                              | 859,61 | 296,07   | 13,73                   |      |       |        |       |

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Зав. производства \_\_\_\_\_

Алферова А. .