

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ Школы  
г.о Самара

МБОУ Школа г.о.Самара

М Е Н Ю

На 15.06.2023 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Запеканка из творога		100	39,20	378
Фрукт		140	9,10	49
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Молоко сгущеное		30	16,65	98
	Итого: 100,00		97,26	685
<b>Обед</b>				
Салат из белокочанной капусты с яблоками		100	11,17	90
Суп картоф. с зел.горошком и зел.		250/3	13,38	132
Рыба, тушенная в томате с овощами		50/50	3,80	108
Каша рисовая рассыпчатая		150	39,29	242
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		50	23,50	115
	Итого: 104,65		131,74	871
<b>Полдник</b>				
Булочка "Веснушка"		100	47,80	278
Сок фруктовый		200	101,00	424
	Итого: 42,91		148,80	702
	Весь рацион питания: 247,56		377,80	2258

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
68,07	52,25	377,80	0,90	1,11	83,19	155,41	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
787,60	1222,34	396,17	42,49				

Директор \_\_\_\_\_

(Михалев А. И.)

Бригадир \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Ахтямова В. А.

