

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1



МБОУ Школа г.о.Самара

М Е Н Ю

На 07.06.2023 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Сыр (порциями)		15	0,00	55
Котлеты рыбные из минтая с соусом		50/50	11,40	168
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Фрукт		140	9,10	49
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Итого:	87,56		98,56	711
Обед				
Винегрет овощной (лук реп.)		60	4,37	75
Суп картофельный с бобовыми		250	16,54	163
Котлеты из говядины с томатным соусом		100	10,10	201
Пюре картофельное		150	20,40	137
Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	107,00		120,34	889
Полдник				
Колбаса (порциями)		50	0,05	212
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Чай с лимоном		200/7/10	7,71	42
Итого:	53,00		32,36	372
Весь рацион питания:	247,56		251,26	1972

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
65,51	77,87	251,26	1,17	0,80	39,08	155,71	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
557,74	1121,80	424,88	35,34				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.