

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
Первый завтрак				
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
Обед				
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
Полдник				
Булочка ванильная		100	44,48	322
Сок		200	20,20	92
Итого: 42,91			64,68	414
Весь рацион питания: 247,56			293,68	1970

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
64,17	53,45	293,68	1,79	1,00	67,19	163,41	0,01
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
731,40	1164,54	362,17	31,23				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

