

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 02.12.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Бутерброд с сыром | | 60 | 24,70 | 175 |
| Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом | | 250 | 45,13 | 324 |
| Фрукт (нарезка) | | 100 | 9,80 | 47 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Итого: | 86,75 | | 97,00 | 633 |
| Обед | | | | |
| Салат из белокочанной капусты свежей (квашенной) с морковью | | 100 | 6,47 | 60 |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н) | | 250 | 16,54 | 163 |
| Плов из курицы | | 250 | 45,96 | 500 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 25,00 | 125 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 121,46 | | 126,42 | 994 |
| Полдник | | | | |
| Булочка с повидлом обсыпная | | 120 | 49,36 | 384 |
| Компот из смеси сухофруктов | | 200 | 32,01 | 133 |
| Итого: | 54,13 | | 81,37 | 517 |
| Весь рацион питания: | 262,34 | | 304,79 | 2144 |

Для всего меню

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | B1 | B2 | C | A | E |
| 61,30 | 72,24 | 304,79 | 1,11 | 0,98 | 38,00 | 129,12 | 1,80 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Ca | P | Mg | Fe | | | | |
| 606,26 | 900,40 | 292,78 | 12,25 | | | | |

Директор



ИСПОЛНИТЕЛЬ
(Михалев А. И.) ШЕФ-ПОВАР

Зав. производства

Алферова А. .