

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №9

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

М Е Н Ю

На 10.12.2024 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда                                      | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак  |        |       |          |      |
| Икра кабачковая   |        | 60    | 5,00     | 80   |
| Котлеты рыбные из минтая с соусом                       |        | 50/50 | 11,40    | 168  |
| Пюре картофельное                                       |        | 150   | 20,40    | 137  |
| Напиток из смеси сухофруктов + С<br>вит                 |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Хлеб пшеничный  |        | 30    | 15,00    | 75   |
| Итого:  | 80,00  |       | 67,81    | 526  |
| Обед  |        |       |          |      |
| Суп картофельный с вермишелью на<br>курином бульоне с/н |        | 200   | 19,38    | 110  |
| Котлеты из говядины с томатным<br>соусом                |        | 50/50 | 10,39    | 166  |
| Каша перловая рассыпчатая                               |        | 150   | 30,52    | 184  |
| Напиток из свежих плодов (яблоки)<br>+С вит             |        | 200   | 27,88    | 115  |
| Хлеб пшеничный  |        | 30    | 15,00    | 75   |
| Хлеб ржаной   |        | 35    | 16,45    | 80   |
| Итого:  | 105,00 |       | 119,62   | 730  |
| Полдник   |        |       |          |      |
| Пирожок печеный с капустой и<br>луком                   |        | 100   | 42,04    | 247  |
| Напиток из смеси сухофруктов + С<br>вит                 |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Итого:  | 35,86  |       | 58,05    | 313  |
| Весь рацион питания:                                    | 220,86 |       | 245,47   | 1569 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 90,89                               | 46,05  | 245,47   | 0,71                    | 0,34 | 51,80 | 149,00 | 3,71 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 312,35                              | 673,83 | 198,96   | 10,56                   |      |       |        |      |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .



ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ШЕФ-ПОВАР