

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

На 03.09.2024 (вторник)



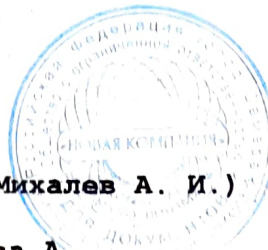
Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Бутерброд с сыром		30/10	14,76	107
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом		250	45,13	324
Фрукт (нарезка)		120	11,76	56
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
<b>Итого:</b>	<b>86,75</b>		<b>89,02</b>	<b>574</b>
<b>Обед</b>				
Салат из белокочанной капусты свежей ( квашенной) с морковью		100	6,47	60
Плов из курицы		250	45,96	500
Напиток из смеси сухофруктов + С вит		200	16,01	66
Хлеб пшеничный		35	17,50	87
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н		250	24,22	138
<b>Итого:</b>	<b>121,46</b>		<b>126,61</b>	<b>931</b>
<b>Полдник</b>				
Булочка с повидлом обсыпная		100	41,13	320
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
<b>Итого:</b>	<b>54,13</b>		<b>73,14</b>	<b>453</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>262,34</b>		<b>288,77</b>	<b>1958</b>

**Для всего меню**

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
53,02	63,40	288,77	0,94	0,95	42,38	115,87	1,55
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
543,68	841,79	273,49	10,84				

Директор

(Михалев А. И.)



Зав. производства

Алферова А.