

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

М Е Н Ю

На 01.03.2024 (пятница)

Возрастная категория: 12-18 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Яйца вареные | | 40 | 0,03 | 63 |
| Булочка домашняя | | 60 | 26,35 | 191 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным | | 250 | 52,93 | 355 |
| Итого: | 85,00 | | 96,68 | 696 |
| Обед | | | | |
| Суп с рыбными консервами новый | | 250 | 14,34 | 168 |
| Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква) | | 200 | 14,10 | 58 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Сердце в соусе | | 100 | 2,10 | 152 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | | 180 | 45,07 | 293 |
| Итого: | 110,00 | | 106,82 | 822 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с повидлом | | 100 | 55,56 | 267 |
| Компот из свежей вишни | | 200 | 28,20 | 117 |
| Итого: | 54,13 | | 83,76 | 384 |
| Весь рацион питания: | 249,13 | | 287,25 | 1902 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | B1 | B2 | C | A | E |
| 56,89 | 55,94 | 287,25 | 0,73 | 1,56 | 16,48 | 268,13 | 1,50 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Ca | P | Mg | Fe | | | | |
| 417,38 | 812,10 | 208,49 | 12,14 | | | | |

Директор _____



(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. _____