

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

На 11.09.2024 (среда)



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Салат из моркови с сахаром		100	11,48	82
Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным		220	61,36	354
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Итого:	86,75		101,43	551
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
Суп из овощей		250	9,15	95
Курица отварная с соусом		50/50	1,09	176
Пюре из гороха с маслом		180	42,00	290
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	121,46		106,05	867
<b>Полдник</b>				
Крендель " Сахарный "		100	56,00	370
Компот ягодный		200	17,43	73
Итого:	54,13		73,43	443
Весь рацион питания:	262,34		280,91	1861

**Для всего меню**

<b>В граммах</b>			<b>Витамины в миллиграммах</b>				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
61,89	54,25	280,91	1,04	0,68	53,82	162,18	18,48
<b>Минеральные вещества в миллиграммах</b>							
Ca	P	Mg	Fe				
419,81	798,81	258,40	15,26				

Директор \_\_\_\_\_

Зав. производства



Алферова А.