

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

Школа №9

М Е Н Ю

На 13.09.2024 (пятница)

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Булочка домашняя		100	43,92	318
Яйца вареные		40	0,03	63
Чай с молоком		200	15,90	81
Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом сливочным		250	52,93	355
<b>Итого:</b>	<b>86,75</b>		<b>112,78</b>	<b>817</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)		250	16,54	163
Сердце в соусе		50/50	2,10	152
Каша пшеничная рассыпчатая		180	45,07	293
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
<b>Итого:</b>	<b>121,46</b>		<b>109,25</b>	<b>821</b>
<b>Полдник</b>				
Пирожок печеный с повидлом		100	55,56	267
Компот ягодный		200	17,43	73
<b>Итого:</b>	<b>54,13</b>		<b>72,99</b>	<b>340</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>262,34</b>		<b>295,02</b>	<b>1978</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,59	58,63	295,02	0,91	1,11	42,06	254,73	2,14
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
410,81	836,35	208,98	13,83				

Директор

Зав. производства

Алферова А.

(Михалев А. И.)