

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

М Е Н Ю

На 12.02.2025 (среда)

Возрастная категория: 12-18 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|--------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Салат из моркови с сахаром | | 100 | 11,48 | 82 |
| Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным | | 230 | 64,14 | 371 |
| Чай с сахаром | | 200/10 | 13,60 | 40 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Итого: | 91,52 | | 104,22 | 568 |
| Обед | | | | |
| Суп из овощей | | 250 | 9,15 | 95 |
| Курица отварная с соусом | | 100 | 1,09 | 176 |
| Пюре из гороха с маслом | | 200 | 46,67 | 323 |
| 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 |
| Салат из свеклы отварной | | 100 | 8,26 | 93 |
| Итого: | 128,14 | | 110,72 | 900 |
| Полдник | | | | |
| Крендель " Сахарный " | | 120 | 67,20 | 444 |
| Компот ягодный | | 200 | 17,43 | 73 |
| Итого: | 57,11 | | 84,63 | 517 |
| Весь рацион питания: | 276,77 | | 299,57 | 1985 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|-------|
| Белки | Жиры | Углеводы | B1 | B2 | C | A | E |
| 65,81 | 58,12 | 299,57 | 1,12 | 0,72 | 53,86 | 168,87 | 18,49 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Ca | P | Mg | Fe | | | | |
| 440,18 | 849,08 | 270,28 | 16,14 | | | | |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А.



ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР