ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

Школа №9

М Е Н Ю

На 16.09.2024
(понедельник)

Возрастная категория: 12-18 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|---|---|---|---|
| **Первый завтрак** | | | | |
| 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 |
| Итого: | 86,75 | | 89,02 | 574 |
| **Обед** | | | | |
| Салат из белокочанной капусты свежей( квашенной) с морковью | | 100 | 6,47 | 60 |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н) | | 250 | 16,54 | 163 |
| Плов из курицы | | 250 | 45,96 | 500 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 121,46 | | 116,42 | 944 |
| **Полдник** | | | | |
| Булочка с повидлом обсыпная | | 100 | 41,13 | 320 |
| Компот из смеси сухофруктов | | 200 | 32,01 | 133 |
| Итого: | 54,13 | | 73,14 | 453 |
| Весь рацион питания: | 262,34 | | 278,59 | 1971 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в милиграммах | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | B1 | B2 | C | A | E |
| 55,49 | 65,74 | 278,59 | 1,05 | 0,96 | 39,96 | 115,87 | 1,47 |

Минеральные вещества в милиграммах

| Ca | P | Mg | Fe |
|---|---|---|---|
| 556,00 | 861,88 | 279,93 | 11,68 |

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства Алферова А. .