

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

М Е Н Ю

На 20.02.2024 (вторник)

Возрастная категория: 12-18 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|----------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Запеканка рисовая с творогом и повидлом | | 220 | 61,36 | 354 |
| Чай с лимоном | | 200/7/10 | 7,71 | 42 |
| Булочка дорожная (ш) | | 100 | 42,14 | 321 |
| Итого: | 85,00 | | 111,21 | 717 |
| Обед | | | | |
| Борщ со свежей капустой , картофелем | | 250 | 10,93 | 96 |
| Котлеты из говядины с томатным соусом | | 100 | 10,10 | 201 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | | 180 | 45,07 | 293 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Маринад овощной | | 100 | 8,20 | 104 |
| Итого: | 110,00 | | 133,39 | 960 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с картофелем | | 100 | 40,92 | 223 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Итого: | 54,13 | | 68,80 | 338 |
| Весь рацион питания: | 249,13 | | 313,39 | 2015 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 56,90 | 61,42 | 313,39 | 0,73 | 0,68 | 30,30 | 169,17 | 4,04 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Mg | Fe | | | | |
| 401,58 | 888,15 | 304,23 | 30,73 | | | | |

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .