

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 20.09.2024 (пятница)



| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Яйца вареные | | 40 | 0,03 | 63 |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы | | 200 | 39,20 | 286 |
| Бутерброд с маслом сливочным | | 30/10 | 14,89 | 136 |
| Кофейный напиток с молоком | | 200 | 17,37 | 87 |
| Итого: | 80,00 | | 71,49 | 572 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н) | | 200 | 13,23 | 130 |
| Голубцы с мясом и рисом с соусом (ленивые г) | | 60/50 | 14,00 | 130 |
| Картофель отварной с луком | | 150 | 20,84 | 167 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 24,60 | 118 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 105,00 | | 105,13 | 691 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с повидлом | | 100 | 55,56 | 267 |
| Компот из смеси сухофруктов | | 200 | 32,01 | 133 |
| Итого: | 35,86 | | 87,57 | 400 |
| Весь рацион питания: | 220,86 | | 264,19 | 1663 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 41,85 | 42,90 | 264,19 | 0,67 | 1,03 | 36,45 | 221,80 | 0,00 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 410,98 | 725,80 | 185,07 | 9,33 | | | | |

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

