

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №9

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

М Е Н Ю

На 21.09.2023 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат из свеклы отварной		60	4,96	56
Шницель из куриного филе с соусом томатным		50/50	12,00	183
Макаронные изделия отварные с маслом		150/5	32,01	203
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		35	17,22	83
Итого:	75,00		80,29	583
Обед				
Салат витаминный (н)		60	14,84	112
Щи из свежей капусты с картофелем		250	8,14	81
Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе		60/50	9,44	142
Каша гречневая рассыпчатая		150	39,86	281
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Итого:	96,00		117,09	807
Весь рацион питания:	171,00		197,37	1390

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
44,90	45,60	197,37	0,71	0,41	33,97	116,16	3,49
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
234,78	567,48	253,69	13,93				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамьянова В. А.