

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

Школа №9

М Е Н Ю

На 23.01.2025 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Салат витаминный (н)		100	24,73	187
Котлеты из филе куриного в соусе		100	8,14	190
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,98	196
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Хлеб пшеничный		30	15,00	75
<b>Итого:</b>	<b>85,00</b>		<b>92,95</b>	<b>706</b>
<b>Обед</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем		200	6,51	64
Тефтели из говядины тушеные с томатным соусом		100	11,48	223
Каша перловая рассыпчатая		150	30,52	184
Чай с сахаром		200/10	13,60	40
Хлеб пшеничный		50	25,00	125
Хлеб ржаной		50	23,50	115
Сметана		20	0,70	41
<b>Итого:</b>	<b>110,17</b>		<b>111,31</b>	<b>792</b>
<b>Полдник</b>				
Булочка ванильная		100	44,48	322
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
<b>Итого:</b>	<b>37,83</b>		<b>58,58</b>	<b>380</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>233,00</b>		<b>262,84</b>	<b>1878</b>

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
51,47	55,83	262,84	1,93	0,39	40,96	137,63	10,12
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мг	Fe				
265,97	576,38	188,90	12,58				

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства



ИСПОЛНИТЕЛЬ  
ШЕФ-ПОВАР