

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 26.09.2024 (четверг)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с сыром		300	67,65	416
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Овощи натуральные свежие (огурцы или помидоры) порционные		100	4,60	42
Итого:	86,75		114,62	726
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)		250	11,00	110
Рагу из куриного филе (с картофелем)		350	30,10	431
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Огурцы натуральные соленые		60	1,02	6
Итого:	121,46		115,18	878
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		120	50,45	296
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	54,13		64,55	354
Весь рацион питания:	262,34		294,35	1958

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
64,08	55,79	294,35	0,78	2,01	70,75	164,99	21,19
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
489,57	739,78	247,96	12,64				

Директор _____ (Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .