

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



№ 10.09.2024 (вторник)

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|---------------|-------|---------------|-------------|
| Первый завтрак | | | | |
| Икра кабачковая | | 60 | 5,00 | 80 |
| Котлеты рыбные из минтая с соусом | | 50/50 | 11,40 | 168 |
| Пюре картофельное | | 150 | 20,40 | 137 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Итого: | 80,00 | | 67,81 | 526 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне с/н | | 200 | 19,38 | 110 |
| Котлеты из говядины с томатным соусом | | 50/50 | 10,10 | 201 |
| Каша перловая рассыпчатая | | 150 | 32,91 | 220 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 15,00 | 75 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 105,00 | | 121,72 | 801 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок печеный с капустой и луком | | 75 | 31,53 | 185 |
| Напиток из смеси сухофруктов + С вит | | 200 | 16,01 | 66 |
| Итого: | 35,86 | | 47,54 | 251 |
| Весь рацион питания: | 220,86 | | 237,06 | 1578 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 89,82 | 51,03 | 237,06 | 0,67 | 0,34 | 47,06 | 147,80 | 3,03 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 295,45 | 648,19 | 190,47 | 10,19 | | | | |

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

