

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного  
питания №1

Школа №9

СОГЛАСОВАНО  
Директор Школы №9

М Е Н Ю

На 19.10.2023 (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		50/50	8,14	190
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		50	24,60	118
Итого:		75,00	103,58	756
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы отварной		100	8,26	93
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	110,51	788
Весь рацион питания:		171,00	214,09	1544

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
49,92	44,85	214,09	0,76	0,42	43,51	90,27	5,81
Минеральные вещества в миллиграммах							
Са	Р	Мg	Fe				
252,89	602,91	270,18	15,04				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.

