

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

На 25.01.2024 (четверг)

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|--|--------|-------|----------|------|
| Первый завтрак | | | | |
| Салат из редьки | | 100 | 6,40 | 78 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Котлеты из филе куриного в соусе | | 50/50 | 8,14 | 190 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | | 150/5 | 32,01 | 203 |
| Компот из свежей вишни | | 200 | 28,20 | 117 |
| Итого: | 80,00 | | 89,51 | 659 |
| Обед | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | | 200 | 6,51 | 64 |
| Хлеб пшеничный | | 30 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Тефтели (2-й вариант) тушеные в соусе | | 100 | 8,58 | 129 |
| Каша перловая рассыпчатая | | 150 | 32,91 | 220 |
| Компот из черной смородины | | 200 | 28,86 | 123 |
| Салат "Свекольные палочки" | | 100 | 8,26 | 93 |
| Итого: | 105,00 | | 116,33 | 780 |
| Полдник | | | | |
| Булочка ванильная | | 75 | 33,36 | 242 |
| Компот из черной смородины | | 200 | 28,86 | 123 |
| Итого: | 35,86 | | 62,22 | 365 |
| Весь рацион питания: | 220,86 | | 268,06 | 1804 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | B1 | B2 | C | A | E |
| 43,53 | 47,06 | 268,06 | 1,19 | 0,44 | 95,93 | 120,52 | 0,43 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Ca | P | Mg | Fe | | | | |
| 221,19 | 505,54 | 153,11 | 9,69 | | | | |

Директор

(Михалев А. И.)

Зав. производства

Алферова А. .

