

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №9

СОГЛАСОВАНО
Директор Школы №9

М Е Н Ю

На 08.11.2023 (среда)

Возрастная категория: 7-11 лет

| Наименование блюда | Цена | Выход | Углеводы | Ккал |
|---------------------------------------------|---------------|----------|---------------|-------------|
| Первый завтрак | | | | |
| Запеканка рисовая с творогом и повидлом | | 180 | 50,20 | 290 |
| Чай с лимоном | | 200/7/10 | 7,71 | 42 |
| Булочка ванильная | | 100 | 44,48 | 322 |
| Итого: | 75,00 | | 102,39 | 654 |
| Обед | | | | |
| Борщ со свежей капустой , картофелем | | 250 | 10,93 | 96 |
| Котлеты из говядины с томатным соусом | | 100 | 10,10 | 201 |
| Пюре из гороха с маслом | | 180 | 42,00 | 290 |
| Напиток из свежих плодов (яблоки) +С вит | | 200 | 27,88 | 115 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 24,60 | 118 |
| Хлеб ржаной | | 35 | 16,45 | 80 |
| Итого: | 96,00 | | 131,96 | 900 |
| Весь рацион питания: | 171,00 | | 234,35 | 1554 |

Для всего меню

| В граммах | | | Витамины в миллиграммах | | | | |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | В1 | В2 | С | А | Е |
| 57,21 | 42,84 | 234,35 | 2,03 | 0,72 | 16,25 | 135,41 | 0,26 |
| Минеральные вещества в миллиграммах | | | | | | | |
| Са | Р | Мg | Fe | | | | |
| 397,82 | 858,72 | 278,77 | 31,00 | | | | |

Директор



(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтямова В. А.