

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ "Школа-интернат №1"

МБОУ "Школа-интернат №1"

М Е Н Ю

На 15.02.2022 (вторник)

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Бутерброды с маслом		30/10	14,62	136
Сыр (порциями)		15	0,00	54
Кофейный напиток		200	15,96	101
Хлеб пшеничный		30	14,50	70
Суп молочный с макаронными изделиями		250	23,55	181
	Итого: 65,00		68,63	542
Второй завтрак				
Фрукты		150	12,10	64
	Итого: 20,00		12,10	64
Обед				
Салат из моркови с яблоками		100	8,62	40
Суп картофельный с мучными клецками		250	11,03	80
Гуляш		50	2,75	128
Горошница (гороховое пюре)		155	19,43	213
Напиток из плодов шиповника		200	20,74	88
Хлеб ржаной		80	26,72	139
	Итого: 100,00		89,30	688
Полдник				
Запеканка рисовая с творогом		130	43,21	263
Молоко сгущенное		20	1,25	71
Сок фруктовый		200	25,40	105
	Итого: 20,00		69,86	439
Первый ужин				
Огурец соленый		50	0,15	1
Котлеты рыбные запеченные (м)		80	7,67	107
Пюре картофельное		200	27,25	183
Чай с сахаром		200	10,51	42
Хлеб пшеничный		60	29,00	140
	Итого: 60,00		74,58	473
Второй ужин				
Йогурт		100	7,97	63
Хлеб пшеничный		20	9,67	47
	Итого: 15,00		17,64	110
Весь рацион питания:	280,00		332,10	2316

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
120,31	60,12	332,10	1,77	1,55	237,39	282,38	1,76
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
827,33	1502,69	393,41	16,68				

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтаминова В. А.