

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Школы-
интернат №1"

МБОУ "Школа-интернат №1"

М Е Н Ю

На 24.03.2022 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Лапшевник с творогом		200	24,43	289
Бутерброды с маслом		30/10	14,62	136
Какао с молоком		200	17,58	119
Хлеб пшеничный		30	14,50	70
Сыр (порциями)		15	0,00	54
	Итого: 65,00		71,12	668
Второй завтрак				
Фрукты		130	10,49	55
	Итого: 20,00		10,49	55
Обед				
Салат из свеклы		50	4,18	47
Суп картофельный с горохом		250	16,31	134
Рыба тушенная с овощами (и)		50/60	3,30	111
Рис отварной		150	34,86	200
Напиток из плодов шиповника		200	20,74	88
Хлеб ржаной		80	26,72	139
	Итого: 100,00		106,12	719
Полдник				
Ватрушка с повидлом		100	63,02	318
Сок фруктовый		200	25,40	105
	Итого: 20,00		88,42	423
Первый ужин				
Салат из горошка зеленого консервированного		50	3,13	42
Рагу из курицы (ф)		200	21,99	215
Чай с сахаром		200	10,51	42
Хлеб пшеничный		60	29,00	140
	Итого: 60,00		64,63	439
Второй ужин				
Ряженка		100	4,20	51
Хлеб пшеничный		20	9,67	47
	Итого: 15,00		13,87	98
Весь рацион питания:	280,00		354,65	2402

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
90,13	68,18	354,65	1,53	1,57	217,19	313,53	2,18	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
818,97	1566,47	343,02	19,02					

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.