

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ "Школа-интернат №1"  
*М. В. Михалев*

МБОУ "Школа-интернат №1"

М Е Н Ю

На 11.04.2022  
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Второй завтрак				
Фрукты		130	10,49	55
	Итого: 20,00		10,49	55
Обед				
Капуста тушеная		150	14,38	120
Гуляш		100	5,50	255
Суп картофельный		250	16,64	101
Чай с лимоном		207	10,56	42
Хлеб ржаной		80	26,72	139
Салат из свеклы		50	4,18	47
	Итого: 100,00		77,98	704
Полдник				
Сок яблочный		200	20,20	85
Пряники		30	6,44	102
	Итого: 20,00		26,64	187
Первый ужин				
Сыр (порциями)		15	0,00	54
Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофелем		90	34,52	230
Хлеб пшеничный		60	29,00	140
Каша Дружба вязкая на молоке		200/5/5	36,72	237
Какао с молоком (п)		200	17,58	119
	Итого: 60,00		117,82	780
Второй ужин				
Кефир		100	3,60	45
Хлеб пшеничный		30	14,50	70
	Итого: 15,00		18,10	115
Весь рацион питания: 215,00			251,02	1841

Для всего меню

В граммах

Белки

60,57

Жиры

60,72

Углеводы

251,02

В1

0,78

Витамины в миллиграммах

В2

1,00

С

129,94

А

147,58

Е

3,51

Минеральные вещества в миллиграммах

Са

608,20

Р

961,10

Мg

229,92

Fe

15,76

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Актямина В. А.