

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "Школы-интернат №1"

МБОУ "Школа-интернат №1"

М Е Н Ю

На 28.04.2022 (четверг)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Каша молочная жидкая "Геркулес"*		210	33,29	265
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
<b>Итого:</b>	<b>65,00</b>		<b>79,99</b>	<b>644</b>
<b>Второй завтрак</b>				
Фрукты		130	10,49	55
<b>Итого:</b>	<b>20,00</b>		<b>10,49</b>	<b>55</b>
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы		50	4,18	47
Суп картофельный с горохом		250	16,31	134
Рыба тушеная 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
<b>Итого:</b>	<b>100,00</b>		<b>106,12</b>	<b>719</b>
<b>Полдник</b>				
Ватрушка с повидлом		100	63,02	318
Сок фруктовый		200	25,40	105
<b>Итого:</b>	<b>20,00</b>		<b>88,42</b>	<b>423</b>
<b>Первый ужин</b>				
Салат из горошка зеленого консервированного		50	3,13	42
Рагу из курицы (ф)		250	27,48	268
Чай с сахаром		200	10,51	42
Хлеб пшеничный		60	29,00	140
<b>Итого:</b>	<b>60,00</b>		<b>70,12</b>	<b>492</b>
<b>Второй ужин</b>				
Ряженка		100	4,20	51
Хлеб пшеничный		20	9,67	47
<b>Итого:</b>	<b>15,00</b>		<b>13,87</b>	<b>98</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>280,00</b>		<b>369,01</b>	<b>2431</b>

Для всего меню

В граммах

Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е
83,57	68,01	369,01	1,75	1,69	221,92	308,65	2,25

Минеральные вещества в миллиграммах

Са	Р	Мg	Fe
927,83	1685,48	401,69	20,37

Директор

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.