

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



Наименование блюда	Цена	Выход *	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с сыром	200		45,10	277
Кофейный напиток с молоком	200		17,37	87
Бутерброд с маслом сливочным	50/10		25,00	181
Огурцы натуральные соленые	60		1,02	6
Итого:	80,00		88,49	551
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)	200		8,80	88
Рагу из куриного филе (с картофелем)	250		21,50	308
Компот из смеси сухофруктов	200		32,01	133
Хлеб пшеничный	50		24,60	118
Хлеб ржаной	35		16,45	80
Сметана	20		0,70	41
Итого:	105,00		104,06	768
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком	100		42,04	247
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)	200		14,10	58
Итого:	35,86		56,14	305
Весь рацион питания:	220,86		248,69	1624

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
48,94	46,94	248,69	0,58	1,55	50,39	161,00	14,67
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
395,18	580,01	188,77	9,69				



Директор

(Михалев А. И.)

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОИ М

Зав. производства

Алферова А. .

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного
питания №1

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Макаронные изделия отварные с сыром		250	56,37	347
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	25,00	181
Огурцы натуральные соленые		60	1,02	6
Итого:	86,75		99,76	621
Обед				
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне (с/н)		250	11,00	110
Рагу из куриного филе (с картофелем)		300	25,80	369
Компот из смеси сухофруктов		200	32,01	133
Хлеб пшеничный		50	24,60	118
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Сметана		20	0,70	41
Итого:	121,46		110,56	851
Полдник				
Пирожок печеный с капустой и луком		120	50,45	296
Напиток из свежих ягод (вишня, черная смородина, красная смородина, малина, клубника, ежевика, клюква)		200	14,10	58
Итого:	54,13		64,55	354
Весь рацион питания:	262,34		274,87	1826

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
56,69	54,01	274,87	0,68	1,79	59,53	179,97	18,20
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
448,14	665,35	216,81	11,08				

Директор _____

(Михалев А. И.)

Зав. производства _____

Алферова А. .

ИСПОЛНИТЕЛЬ
ШЕФ-ПОВАР

M